

# **BEZPIECZNA I PRZYJAZNA SZKOŁA**

redakcja  
Przemysław Ziółkowski

Wydanie publikacji sfinansowano z grantu Wojewody Kujawsko-Pomorskiego  
realizowanego w ramach Rządowego programu na lata 2014-2016  
„Bezpieczna i przyjazna szkoła”

#### Recenzenci

- prof. dr hab. Janusz Gierszewski
- prof. zw. dr hab. Marian Pawlak

#### Redakcja językowa i korekta

Bartosz Jan Ludkiewicz

#### Skład

Adriana Górka

#### Projekt okładki

Studio Grafiki Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy

ISBN: 978-83-65507-02-0

Wydawnictwo Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy

Bydgoszcz 2016

## Spis treści

Wstęp	5
Przemysław Ziółkowski <i>Bezpieczna i przyjazna szkoła, to szkoła, której fundamentem jest prawo</i>	9
Barbara Boniek <i>Edukacja dla bezpieczeństwa w szkole</i>	33
Przemysław Ziółkowski <i>Efektywna współpraca z rodzicami, warunkiem bezpiecznej i przyjaznej szkoły</i>	61
Alicja Kozubska <i>Między dialogiem z przemocą w szkole – budowanie poczucia bezpieczeństwa</i>	87
Przemysław Ziółkowski <i>Przeciwdziałanie agresji i przemocy w szkole</i>	109
Aneta Kokot <i>Bullying w interakcjach szkolnych - (Nie)zauważeni, pomijani, wykluczani czyli o perspektywie wystąpienia i doświadczania przemocy w szkole słów kilka</i>	129
Bożena Sowińska <i>Działania Unii Europejskiej na rzecz ochrony małoletnich użytkowników Internetu w komunikacji internetowej</i>	155
Przemysław Ziółkowski <i>Zagrożenie cyberprzemocy wśród młodzieży szkolnej</i>	181
Paulina Ozdowska <i>Komercyjne wykorzystywanie nieletnich za pośrednictwem Internetu</i>	217
Ewa Kaniewska-Mackiewicz <i>Istota przyjaznej, bezpiecznej szkoły w kształceniu dzieci i młodzieży o Specjalnych Potrzebach Edukacyjnych</i>	241
Alicja Kozubska <i>Uczeń sprawiający trudności wychowawcze jako wyzwanie dla nauczyciela – pojęcie, objawy i sposoby radzenia sobie z trudnościami wychowawczymi</i>	265
Przemysław Ziółkowski <i>Uczeń z ADHD w środowisku szkolnym i lokalnym</i>	285
Kamila Müller <i>Niebezpieczeństwo podziału społeczeństwa na swoich i obcych w pejoratywnej przestrzeni subkultur</i>	313

Alicja Czerwińska <i>Młodość a seksualizacja</i>	333
Joanna Woźniak <i>Narkomania jako problem współczesnej młodzieży</i>	353
Karolina Osak <i>Problem dopalaczy wśród młodzieży szkolnej</i>	385
Dorota Łoboda, Anna Długosz <i>Promowanie zdrowych wzorców żywieniowych elementem bezpiecznej i przyjaznej szkoły</i>	411
Ewa Kaniewska-Mackiewicz <i>Zachowania paraanorektyczne u dziewcząt w gimnazjum</i>	433
Andrzej Potrepko <i>Bezpieczeństwo pożarowe w szkole – teoria i praktyka</i>	457
Przemysław Ziółkowski <i>Bezpieczeństwo podczas organizowania wycieczek szkolnych</i>	483
Małgorzata Ostrowska, Aleksander Skaliy <i>Bezpieczeństwo podczas wydarzeń sportowych w szkole</i>	519
Przemysław Ziółkowski <i>Pierwsza pomoc w szkołach i placówkach oświatowo-wychowawczych</i>	543
Aneks:	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Postępowanie po ujawnieniu nieletniego sprawcy czynu karalnego lub zagrożonego demoralizacją. Prawny i społeczny obowiązek powiadamiania organów ścigania i wymiaru sprawiedliwości.</i></li> </ul>	595
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Czynności procesowe w stosunku do nieletniego sprawcy czynu karalnego. Udział szkoły w postępowaniu i zabezpieczeniu dowodów, powiadamianie rodziców o zatrzymaniu, itp.</i></li> </ul>	615
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Czyny karalne nieletnich, będące przestępstwami i wykroczeniami, których uczniowie mogą się dopuścić na terenie szkoły.</i></li> </ul>	627
Ewa Kaniewska-Mackiewicz <i>Scenariusze zajęć</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Przyjazna szkoła, czyli jaka?</i></li> </ul>	631
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Mam problem i co teraz?</i></li> </ul>	634
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Moje mocne strony.</i></li> </ul>	637
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Poznajemy swoje zainteresowania.</i></li> </ul>	640
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>To co ważne, wartości w moim życiu.</i></li> </ul>	643
Informacje o autorach	647

## Wstęp

Dnia 8 lipca 2014 roku uchwałą nr 130/2014 Rada Ministrów przyjęła Rządowy program na lata 2014–2016 „Bezpieczna i przyjazna szkoła”. Program ten jest kontynuacją tożsamego programu realizowanego w latach 2008–2013. W ponad 40-stronicowym uzasadnieniu uchwały Programu wskazano następujące problemy i zachowania ryzykowne młodzieży uczęszczającej do szkół:

- picie alkoholu,
- palenie papierosów,
- używanie narkotyków,
- agresja i przemoc w szkole,
- cyberprzemoc,
- zaburzenia zdrowia psychicznego (depresje i samobójstwa),
- zachowania żywieniowe i zaburzenia odżywiania,
- aktywność fizyczna<sup>1</sup>.

W Programie wskazano również wybrane czynniki ryzyka związane ze współczesną szkołą, do których zaliczono m.in.:

- przemoc rówieśniczą,
- odrzucenie przez rówieśników,
- słabą więź ze szkołą,
- niedostateczne kierowanie własnym zachowaniem (brak kontroli),
- destrukcyjne grupy rówieśnicze,
- niepowodzenia szkolne<sup>2</sup>.

Następnie autorzy Programu wskazali wybrane czynniki chroniące, które potencjalnie wpływają na prawidłowy rozwój dzieci w przestrzeni szkolnej. Do głównych czynników chroniących zaliczono m.in.:

- poczucie przynależności,

<sup>1</sup> Uchwała nr 130/2014 Rady Ministrów z dnia 8 lipca 2014 roku w sprawie przyjęcia Rządowego programu na lata 2014–2016 „Bezpieczna i przyjazna szkoła”, nr dokumentu: RM-111-125-14 (dalej: Uchwała nr 130/2014), s. 2–12.

<sup>2</sup> Uchwała nr 130/2014, s. 13.

- pozytywny klimat szkoły,
- prospołecznie nastawioną grupę rówieśniczą,
- wymaganie od uczniów odpowiedzialności i udzielania sobie wzajemnej pomocy,
- okazje do przeżycia własnego sukcesu i rozpoznawania własnych osiągnięć,
- zdecydowany brak akceptacji przez szkołę dla przemocy<sup>3</sup>.

Głównym celem uchwalonego Programu „Bezpieczna i przyjazna szkoła” jest „zwiększenie skuteczności działań wychowawczych i profilaktycznych na rzecz bezpieczeństwa i tworzenia przyjaznego środowiska w szkołach i placówkach”<sup>4</sup>. Na podstawie celu głównego wskazano cele szczegółowe realizowanego programu:

- kreowanie zdrowego, bezpiecznego i przyjaznego środowiska szkoły i placówki;
- zapobieganie problemom i zachowaniom problemowym dzieci i młodzieży:
  - o profilaktyka agresji i przemocy, w tym cyberprzemocy,
  - o przeciwdziałanie używania substancji psychoaktywnych przez uczniów i wychowanków oraz profilaktyka uzależnienia od gier komputerowych, Internetu i hazardu,
  - o kształtowanie umiejętności uczniów i wychowanków w zakresie prawidłowego funkcjonowania w środowisku cyfrowym, w szczególności w środowisku tzw. nowych mediów,
  - o rozwiązywanie kryzysów rozwojowych i życiowych uczniów i wychowanków, m.in. związanych z wyjazdem rodziców za granicę w celach zarobkowych, a także przemocą w rodzinie;
- promowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży<sup>5</sup>.

Rada Ministrów w przyjętej uchwale założyła również rezultaty Programu, który ma zwiększyć skuteczność działań wychowawczych i profilaktycznych na rzecz bezpieczeństwa w szkołach i placówkach, m.in. poprzez:

- zwiększenie liczby działań, potencjału i zasobów szkół i placówek na rzecz tworzenia bezpiecznego i przyjaznego środowiska szkoły i placówki;
- ustabilizowanie trendów lub zmniejszenie zakresu i nasilenia problemów i zachowań problemowych dzieci i młodzieży:
  - o zmniejszenie poziomu agresji i przemocy, w tym cyberprzemocy,

---

<sup>3</sup> Uchwała nr 130/2014, s. 14.

<sup>4</sup> Uchwała nr 130/2014, s. 19.

<sup>5</sup> Uchwała nr 130/2014, s. 19–20.

- o ustabilizowanie trendów lub zmniejszenie zakresu i nasilenia problemów i zachowań problemowych uczniów i wychowanków w zakresie używania substancji psychoaktywnych, uzależniania od gier komputerowych, Internetu i hazardu,
- o podniesienie umiejętności uczniów i wychowanków w zakresie prawidłowego funkcjonowania w środowisku cyfrowym, w szczególności w środowisku tzw. nowych mediów,
- o zwiększenie efektywności działań w zakresie rozwiązywania kryzysów rozwojowych i życiowych dzieci i młodzieży, m.in. związanych z wyjazdem rodziców w celach zarobkowych, a także przemocą w rodzinie;
- zwiększenie zaangażowania szkół i placówek na rzecz promowania zdrowego stylu życia wśród dzieci i młodzieży oraz ich rodziców<sup>6</sup>.

Rządowy program „Bezpieczna i przyjazna szkoła” skierowany został do uczniów, wychowanków, nauczycieli, wychowawców, innych pracowników szkół i placówek, rodziców uczniów i wychowanków lub ich opiekunów, instytucji i podmiotów, które mogą wspierać działania szkoły i placówki w środowisku lokalnym oraz organizacji pozarządowych. To właśnie Fundacja Gaudeamus, jako jedna z organizacji pozarządowych, wspólnie z Wyższą Szkołą Gospodarki w Bydgoszczy realizowały w roku 2016 grant pt. „Bezpieczna i przyjazna szkoła priorytetem działań samorządu uczniowskiego i nauczycieli”. Pokłosiem tego projektu jest niniejsza monografia, którą oddajemy w ręce czytelników: uczniów, nauczycieli, rodziców i wszystkich osób, którym bliskie są działania na rzecz poprawy bezpieczeństwa w szkołach i placówkach edukacyjnych. Publikacja ta to interdyscyplinarne spojrzenie z kilkunastu perspektyw (m.in. prawnej, psychologicznej, pedagogicznej, socjologicznej, medycznej itp.) na zagadnienie szeroko rozumianego bezpieczeństwa we współczesnej szkole. To także rozważania autorów wraz ze wskazówkami metodycznymi, jak budować przyjazną dla ucznia szkołę na miarę XXI wieku.

Niniejsza monografia zawiera 20 artykułów naukowych i popularnonaukowych poświęconych zagadnieniu bezpiecznej i przyjaznej szkoły. Każdy z artykułów „wyposażony” został w scenariusz zajęć, możliwy do zastosowania na godzinie wychowawczej, co stanowi metodyczną wartość tegoż opracowania. Publikację zamyka aneks zawierający zbiór przepisów prawnych z zakresu udziału szkoły w postępowaniu z nieletnim uczniem, który dopuścił się czynów zabronionych i karalnych oraz zestawienie pięciu scenariuszy zajęć na rzecz budowania szkolnego środowiska przyjaznego uczniom.

---

<sup>6</sup> Uchwała nr 130/2014, s. 36–40.

Autorzy opracowań wyrażają nadzieję, że zamieszczone w publikacji artykuły, wskazówki oraz scenariusze zajęć będą rzeczywistymi narzędziami przydatnymi w pracy pedagogicznej na rzecz poprawy bezpieczeństwa w szkołach i placówkach.

*Przemysław Ziółkowski*



Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## BEZPIECZNA I PRZYJAZNA SZKOŁA TO SZKOŁA, KTÓREJ FUNDAMENTEM JEST PRAWO

*Ignorantia iuris nocet* (łac. *nieznajomość prawa szkodzi*) – to stare łacińskie powiedzenie. Jest ono jednak stale aktualne, szczególnie w sferze oświaty. Funkcjonowanie szkoły i placówki edukacyjnej obwarowane zostało bowiem wieloma aktami prawnymi: Konwencją o prawach dziecka, Konstytucją, licznymi ustawami, rozporządzeniami oraz aktami prawa wewnątrzszkolnego<sup>1</sup>. Ilość tych przepisów często doprowadza nawet do twierdzenia, iż na jedną czynność nauczyciela system prawny przewiduje kilkanaście procedur (często wzajemnie się wykluczających). Tempo i dynamika zmian prawa często powodują, iż osoby zarządzające placówkami edukacyjnymi nie stosują się do obowiązujących zapisów prawa, nieświadomie je łamiąc. Co gorsza, zdarza się także, że prawo łamane jest świadomie, z premedytacją i to przez osoby, które z racji swojego zawodu (nauczyciele) powinny być przykładem, wzorem, autorytetem i ostoją etyki zawodowej, której kanonem przecież jest przestrzeganie prawa. Nie ma chyba nic bardziej deprawującego dla młodego człowieka (ucznia) niż dorosły (pedagog) ostentacyjnie łamiący prawo na jego oczach i pozostający w przekonaniu o własnej bezkarności. Istotą przyjaznej szkoły szkoła stanowi fakt, że jej fundamentem jest system prawa, w ramach którego działa sama szkoła, jak również wszystkie jej podmioty (dyrekcja, nauczyciele, rodzice i uczniowie), wspólnie tego prawa przestrzegające.

Poniżej zaprezentowano, odwołując się do uwarunkowań prawnych, 25 przykładów sytuacji nieprzestrzegania prawa w szkołach i placówkach oświatowych. Nieprzestrzeganie prawa przez podmioty stanowiące szkołę to nie tylko brak wzajemnego szacunku, ale przede wszystkim świadome działanie przeciwko porządkowi szkolnemu, którego zakłócenia zagrażają bezpieczeństwu uczniów. A przecież bezpieczeństwo to każdorazowo winno być priorytetem dla nauczycieli.

<sup>1</sup> BALICKI A., PYTER M., *Prawo oświatowe*, Warszawa, wyd. C.H. Beck, 2015, s. 10.

### **Przykład 1:**

„Sprawowanie nadzoru pedagogicznego w szczególności polega na sprawdzaniu przestrzegania praw dziecka, praw ucznia oraz upowszechnianiu wiedzy o tych prawach”<sup>2</sup>. Zapis ten oznacza, że obowiązkiem nauczycieli oraz władz szkoły jest nie tylko znajomość prawa oraz jego przestrzeganie, ale również, albo i przede wszystkim, edukowanie uczniów w zakresie ich praw. Praktyka pokazuje jednak, że przepis ten nie jest dostatecznie realizowany w szkołach i placówkach. Nauczyciele i dyrektorzy szkół informują uczniów głównie w zakresie ich obowiązków, pomijając często te ich prawa, które dla nauczycieli są dodatkowymi obowiązkami, albo te, które mogłyby spowodować roszczeniową wobec szkoły postawę uczniów. Często wychodzi się także z założenia, że uczniowie mniej świadomości własnych praw są łatwiej „sterowalni” oraz prościej jest egzekwować od nich niektóre wymagania. Na szczęście w dobie rozwijającego się Internetu młodzież sprawnie poszukuje informacji na temat przysługujących im praw i przywilejów i uczy się z nich korzystać.

### **Przykład 2:**

„Nauka do 18 roku życia jest obowiązkowa”<sup>3</sup> – stanowi Konstytucja RP. „Każde dziecko ma prawo do nauki”<sup>4</sup> – stwierdza zaś Konwencja o prawach dziecka, akt międzynarodowy ratyfikowany przez Polskę w 1991 roku. W wielu szkołach, pomimo tych obydwu zapisów, dających uczniowi zarówno prawo, jak i obowiązek uczenia się do 18. roku życia, stosuje się tzw. „zawieszenie w prawach ucznia”. To „mityczne” określenie, niezgodne z polskim prawem, interpretowane jest różnie. Czasami to chwilowy „zakaz chodzenia do szkoły”, czasami „częściowe zawieszenie ucznia w części jego praw” (trudno tylko zdefiniować, w jakich). Oczywiście zarówno i jedno, i drugie postępowanie nie mogą mieć miejsca z prostego powodu – są niezgodne zarówno z Konwencją o prawach dziecka, jak i z Konstytucją RP. Żaden dyrektor szkoły, rada pedagogiczna, kurator oświaty, a nawet minister edukacji narodowej nie ma prawa „zawiesić ucznia w jego prawach”. Niestety praktyka pokazuje inaczej. Pojawiły się zatem inne interpretacje znaczenia określenia „zawieszenie w prawach ucznia”, polegające np. na próbie ograniczenia uczniowi możliwości uczestniczenia w nieobowiązkowych zajęciach pozalekcyjnych, wycieczce szkolnej, dyskotecie szkolnej itp. Na szczęście takie postępowanie również

---

<sup>2</sup> PILCH M., *Ustawa o systemie oświaty – komentarz*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2015, s. 584.

<sup>3</sup> Art. 70, Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. 1997 Nr 78, poz. 483).

<sup>4</sup> Art. 28, Konwencja o prawach dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989 r. (Dz. U. 1991, Nr 120, poz. 526) (dalej: Konwencja o prawach dziecka).

jest niezgodnie z prawem, bowiem Konwencja o prawach dziecka stanowi także, że: „Dziecko ma prawo do wypoczynku i czasu wolnego, do uczestniczenia w zabawach i zajęciach rekreacyjnych, stosownych do wieku dziecka, oraz do nieskrępowanego uczestniczenia w życiu kulturalnym i artystycznym”<sup>5</sup>. W tym miejscu należy jeszcze wspomnieć o jednym aspekcie „prawa do wypoczynku i czasu wolnego”. Zgodnie bowiem z tym zapisem zawartym w Konwencji o prawach dziecka niezgodnym z prawem jest zadawanie przez nauczycieli zadań domowych na wakacje letnie (np. czytanie lektury), ferie zimowe czy przerwy świąteczne. A jak jest w rzeczywistości? Powszechnie wiadomo.

### **Przykład 3:**

„Dyrektor szkoły lub placówki może, w drodze decyzji, skreślić ucznia z listy uczniów w przypadkach określonych w statucie szkoły lub placówki. Skreślenie następuje na podstawie uchwały rady pedagogicznej, po zasięgnięciu opinii samorządu uczniowskiego”<sup>6</sup> – stanowi ustawa o systemie oświaty w art. 39 ust. 2. Z przepisem tym wiążą się dwa niuanse, które mogą mieć znamiona patologii. Po pierwsze, nadal w wielu szkołach samorząd uczniowski nie opiniuje uczniów relegowanych ze szkół, co powoduje, że w przypadku gdy są oni skreślani, fakt skreślenia z listy uczniów i relegowania ze szkoły jest niezgodny z prawem. Uczeń ma zatem nadal prawo uczęszczać do szkoły, gdyż decyzja podjęta niezgodnie z prawem jest nieobowiązująca. Po drugie, warto pamiętać, że owo skreślenie ucznia z listy uczniów szkoły (jeśli jest to uczeń niepełnoletni) wiąże się z koniecznością zagwarantowania mu możliwości nauki w innej szkole. Wynika to m.in. z przytaczanych w poprzednim przykładzie zapisów Konwencji o prawach dziecka i Konstytucji RP, w których zapisane jest prawo i obowiązek do pobierania nauki. Skreślając ucznia z listy uczniów danej szkoły, jest on bowiem tego prawa pozbawiany i uniemożliwiane jest mu realizowanie obowiązku, który zapisany został w art. 70 Konstytucji.

### **Przykład 4:**

Cały czas problemem w wielu szkołach jest kwestia usprawiedliwiania nieobecności. Nie chodzi tu o argumentowanie ich powodu, ale o niejasną procedurę i formę dokonywania „aktu usprawiedliwiania”. Ucznia niepełnoletniego w każdym wymiarze godzin może usprawiedliwić jego rodzic lub prawny opiekun. Nauczyciel-wychowawca nie ma prawa kwestionować zasadności usprawiedliwienia

---

<sup>5</sup> Art. 31, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>6</sup> SZYMAŃSKA M., *Ustawa o systemie oświaty z komentarzem do zmian wprowadzonych ustawą z dnia 6 grudnia 2013 r. (Dz. U. z 2014, poz. 7)*, Gdańsk, wyd. OODiK, 2014, s. 159.

(chyba że liczba godzin nieobecnych ucznia może być odczytana jako nierealizowanie konstytucyjnego obowiązku pobierania nauki do 18. roku życia, ale tutaj zastosowanie mają inne przepisy dotyczące tzw. „realizacji obowiązku szkolnego”). Szkoła nie ma także prawa domagać się zwolnienia lekarskiego ucznia bądź innej dokumentacji medycznej (np. wypisu ze szpitala)<sup>7</sup>. Można zatem wywnioskować, że szkoła nie ma prawa wiedzieć, jaki jest de facto stan zdrowia uczniów. Tak naprawdę nie ma też żadnego przepisu prawnego, który nakazywałby rodzicom informowanie nauczycieli o stanie zdrowia ich dzieci. Jednak mając na uwadze to, ile czasu dzieci spędzają pod opieką nauczycieli (także w trakcie kilkudniowych wycieczek szkolnych), wydaje się oczywistym, że nauczyciele mają prawo taką wiedzę posiadać, skoro ponoszą za dzieci odpowiedzialność.

Należy ponadto zwrócić uwagę na kwestię usprawiedliwiania nieobecności przez uczniów pełnoletnich. Tu wiele szkół łamie prawo, domagając się, aby godziny nieobecności uczniów pełnoletnich usprawiedliwiali ich rodzice. Gdyby nawet nadgorliwi rodzice chcieli to robić, warto zwrócić uwagę na fakt, iż nie mają oni takiego prawa, bowiem zgodnie z art. 10 i 11 Kodeksu cywilnego „Pełnoletnim jest, kto ukończył 18 lat. Pełną zdolność do czynności prawnych uzyskuje się z chwilą osiągnięcia pełnoletności”<sup>8</sup>. Zatem uczniowie pełnoletni mają pełne prawo sami usprawiedliwiać swoje nieobecności w szkole, gdyż nie obowiązuje już władza rodzicielska. Aby jednak nie stworzyć innej patologii, polegającej na nadużyciach ze strony pełnoletnich uczniów, przypomnieć należy, że po 18. roku życia nie ma już obowiązku pobierania nauki, zatem szkoła może wprowadzić zapis w swoim statucie o ograniczonej możliwości samodzielnego usprawiedliwiania nieobecności uczniów pełnoletnich i po przekroczeniu przez nich ustalonego na semestr / rok szkolny limitu domagać się zwolnień lekarskich, a w przypadku ich braku uznawać godziny za nieusprawiedliwione.

Kontynuując wątek pełnoletności uczniów, warto zwrócić także uwagę na jeszcze jedno znaczenie art. 10 i 11 Kodeksu cywilnego. Wynika z nich bowiem jednoznacznie, że w momencie uzyskania przez ucznia pełnoletności sam jest on reprezentantem swojej osoby (bez znaczenia na czym jest utrzymaniu, bo o tym stanowi już inna ustawa – Kodeks rodzinny i opiekuńczy). Zatem szkoła bez zgody ucznia nie ma prawa organizować np. zebrań z jego rodzicami. Nie ma także prawa informować rodziców ucznia o jego postępach w nauce (lub ich brakach) bez jego zgody. Absurdalne są także sytuacje w wielu szkołach, gdzie drzwi wejściowe zamykane są na klucz, a w statutach tych placówek zapisuje się, że uczni-

---

<sup>7</sup> W przypadku usprawiedliwiania nieobecności ucznia na zajęciach lekcyjnych nie jest wymagane dokumentowanie jej powodem zaświadczeniem lekarskim. Porozumienie pomiędzy Ministerstwem Edukacji Narodowej a Ministerstwem Zdrowia i Opieki Społecznej zawarte w piśmie z dnia 15 lutego 1994 roku Nr DKO-430-1/94/ZF oraz z czerwca 1994 roku Nr DKO-430-1/2/94.

<sup>8</sup> Art. 10–11, Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 roku – Kodeks cywilny (Dz. U. 1964 Nr 16, poz. 93).

wi nie wolno opuszczać terenu szkoły w czasie przerw. W przypadku uczniów pełnoletnich jest to bowiem swoistym ograniczeniem prawa do wolności.

Jeszcze jedna kwestia związana z pełnoletniością. Za ucznia pełnoletniego nauczyciele nie mogą ponosić odpowiedzialności prawnej, nawet na wycieczkach szkolnych czy w czasie innych zajęć organizowanych przez szkołę (np. na studiówce szkolnej).

### **Przykład 5:**

„W celu wspierania działalności statutowej szkoły lub placówki, rada rodziców może gromadzić fundusze z dobrowolnych składek rodziców oraz innych źródeł”<sup>9</sup> – stanowi ustawa o systemie oświaty w art. 54 ust. 8. W wielu szkołach jednak nadal składki na tzw. komitet rodzicielski zbierane są przez wychowawców klas, co oczywiście jest niezgodne z prawem. Warto tutaj zaznaczyć, że dyrektor szkoły, który zleca nauczycielom takie „zadanie”, łamie prawo, gdyż zgodnie z art. 31 Konstytucji RP: „Nikogo nie wolno zmuszać do czynienia tego, czego prawo mu nie nakazuje”<sup>10</sup>. Często słyszy się także o swoistych rankingach prowadzonych przez dyrektorów szkół „na wychowawcę z najwyższą ściążalnością komitetu rodzicielskiego” oraz o wytykaniu palcami na posiedzeniach rady pedagogicznej tych wychowawców, w których klasach odnotowuje się najniższe wpłaty na radę rodziców. Zdarza się także celowe wprowadzanie rodziców w błąd informacjami przekazywanymi przez nauczycieli-wychowawców na zebraniach z rodzicami o „wysokości opłaty na komitet rodzicielski” czy tzw. „składce minimalnej”, co oczywiście nie może być prawdą, skoro składka jest dobrowolna, ale co ma zagwarantować 100% wpłaty. Znana jest także sytuacja z jednej ze szkół, gdzie dyrektor wydał oficjalne zarządzenie, w którym określił obowiązkową składkę w kwocie 10 zł za każdego ucznia, a rodzicom, którzy deklarowali niskie dochody, proponował rozbicie wpłat na raty. Innemu z dyrektorów szkół w Polsce zdarzyło się także wysyłać do rodziców monity i ponaglenia za niedokonanie wpłat. W piśmie kierowanym do rodziców dyrektor ostrzegał o „konsekwencjach” braku wpłaty na komitet rodzicielski, którymi miało być niewydanie świadectwa ukończenia szkoły. Takie postępowanie nosi już znamiona wyłudzenia i podlega karze określonej w ustawie Kodeks karny. Należy zwrócić jednak uwagę na fakt, że rada rodziców jako społeczny organ szkoły nie posiada osobowości prawnej, a więc nie może samodzielnie dysponować zebranymi środkami, dlatego właśnie ich dysponentem jest dyrektor szkoły. Zasady wydatkowania tych środków powinien jednak określać stosowny regulamin uchwalony właśnie przez radę rodziców.

---

<sup>9</sup> SZYMAŃSKA M., dz. cyt., s. 165.

<sup>10</sup> Art. 31, Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. 1997 Nr 78, poz. 483).

### **Przykład 6:**

„Kto niszczy, uszkadza, czyni beużytecznym, ukrywa lub usuwa dokument, którym nie ma prawa wyłącznie rozporządzać, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2”<sup>11</sup> – stanowi Kodeks karny w art. 276. Okazuje się, że mimo zapisanego ryzyka pozbawienia wolności do lat 2 wielu dyrektorów szkół nadal decyduje się odmawiać uczniom wydania świadectwa ukończenia szkoły bądź uzyskania promocji do kolejnej klasy w dniu zakończenia roku szkolnego, argumentując to bezzasadnie brakiem wpłat na komitet rodzicielski czy brakiem zwrotu wszystkich książek do biblioteki. To oczywiście działanie niezgodne z prawem, bowiem zgodnie z przepisami prawa świadectwo szkolne musi być wydane uczniowi w dniu planowego zakończenia zajęć edukacyjnych (a więc w dniu zakończenia roku szkolnego).

### **Przykład 7:**

„Uczennica w ciąży ma prawo żądać od szkoły, aby ta udzieliła jej urlopu oraz innej pomocy niezbędnej do ukończenia przez nią edukacji, w miarę możliwości nie powodując opóźnień w zaliczaniu przedmiotów”<sup>12</sup>. Ten bezprecedensowy przepis prawa jakby uchował się przed światem, a przecież ma już 22 lata. Ciągłe jednak zdarzają się w szkołach sytuacje, że uczennica w ciąży traktowana jest jako persona non grata. Dyrektorzy dyskretnie sugerują nauczanie indywidualne, aby tylko „gorsząca” koleżanka nie demoralizowała innych. Sytuacje te niestety zdarzają się nie tylko w gimnazjach, lecz także w szkołach ponadgimnazjalnych, a w więc tych, w których połowa uczniów to osoby pełnoletnie.

### **Przykład 8:**

„Uczeń ma prawo do tego, aby tygodniowy rozkład zajęć dydaktyczno-wychowawczych był ustalany z uwzględnieniem równomiernego obciążenia zajęciami w poszczególnych dniach tygodnia, różnicowania zajęć w każdym dniu, niełączenia w kilkugodzinne jednostki lekcyjne zajęć z tego samego przedmiotu”<sup>13</sup>. To przepis, którego nieznanomość konsekwentnie przyczynia się do niehigienicznych planów lekcji w szkole i braku reakcji ze strony dyrektorów szkół na prośby uczniów o zmianę planu lekcji. Nie wiedzą oni bowiem, do jakiego przepisu pra-

---

<sup>11</sup> Art. 276, Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 roku – Kodeks karny (Dz. U. 1997 Nr 88, poz. 553).

<sup>12</sup> Ustawa z dnia 7 stycznia 1993 roku o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (Dz. U. z 1993 r. Nr 17, poz. 78, z późn. zm.).

<sup>13</sup> Par. 4, Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 69).

wa się odwołać, kwestionując jakość szkolnego planu zajęć, w którym pojawiają się „okienka” oraz zajęcia do późnych godzin wieczornych, podczas gdy drugiego dnia zaczynają się od wczesnych godzin rannych.

### **Przykład 9:**

Kolejnym przykładem łamania prawa oświatowego jest wybór, a raczej wskazywanie opiekuna samorządu uczniowskiego. „Uczniowie zrzeszeni w samorządzie uczniowskim posiadają prawo wyboru nauczyciela pełniącego rolę opiekuna samorządu”<sup>14</sup> – stanowi ustawa o systemie oświaty w art. 55 ust. 5. Jednak często zdarza się, że to dyrektor szkoły wskazuje nauczyciela, który tę funkcję będzie pełnił. Jest to oczywiście kolejny przykład postępowania niezgodnego z prawem. W jednej ze szkół w Polsce działa dwóch opiekunów samorządu uczniowskiego: jeden wybrany przez samorząd (jak nakazuje ustawa), drugi – wskazany przez dyrektora. Wydaje się to być przykładem wprowadzania cenzora do działalności samorządu uczniowskiego, który przecież, jak sama nazwa wskazuje, ma się „samorządzić”<sup>15</sup>.

Tu pojawia się kolejny problem prawny działania samorządu uczniowskiego. Ustawa o systemie oświaty w art. 55 ust. 3 stanowi: „Zasady wybierania i działania organów samorządu określa regulamin uchwalany przez ogół uczniów w głosowaniu równym, tajnym i powszechnym”<sup>16</sup>. Oznacza to, że to uczniowie sami uchwalają regulamin swojej działalności i jeśli nie jest on sprzeczny z aktami prawnymi wyższego rzędu (np. statut szkoły, ustawa o systemie oświaty, rozporządzenia MEN itp.), jest on obowiązującym dokumentem prawnym i nikt nie może go podważyć. Ustawa o systemie oświaty oraz żaden inny akt prawny nie przewidują bowiem żadnego trybu kontroli regulaminu samorządu uczniowskiego przez jakikolwiek organ. Często jednak w szkołach zdarza się, że regulamin samorządu uczniowskiego uchwała rada pedagogiczna lub nadaje dyrektor szkoły. Takie praktyki są niezgodne z prawem, a regulamin taki jest nieważny z mocy prawa.

### **Przykład 10:**

Pozostając w duchu samorządności uczniowskiej, zwrócić należy uwagę na kolejny przykład łamania prawa przez osoby zarządzające szkołami i placówkami oświatowymi w kontekście uprawnień samorządu uczniowskiego. Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 14 czerwca 2005 roku w sprawie stypendiów Prezesa

---

<sup>14</sup> PILCH M., dz. cyt., s. 966.

<sup>15</sup> ZIÓŁKOWSKI P., *Samorząd uczniowski – idee, uwarunkowania i doświadczenia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 101.

<sup>16</sup> PILCH M., dz. cyt., s. 966.

Rady Ministrów... (Dz. U. Nr 106, poz. 890) stanowi, że kandydata do stypendium Prezesa Rady Ministrów typuje właśnie samorząd uczniowski<sup>17</sup>. Niestety w wielu szkołach kandydatów typuje dyrektor szkoły lub rada pedagogiczna. Tu należy jednak stanąć w obronie takich rozwiązań, gdyż ustawodawca przypisując obowiązek typowania kandydatów do stypendium Prezesa Rady Ministrów samorządowi uczniowskiego, postąpił nielogicznie. Bowiern zasadniczym kryterium, które musi spełnić kandydat typowany do stypendium Prezesa Rady Ministrów jest wysoka średnia. Samorząd uczniowski nie ma przecież wiedzy na temat średnich ocen wszystkich uczniów, co znacznie utrudnia mu skuteczne wytypowanie kandydatów i realizację zapisów przytoczonego rozporządzenia. Logiczniejszym wydawałoby się rozwiązanie, w którym to samorząd uczniowski (analogicznie jak przy relegowaniu uczniów ze szkoły) opiniowałby kandydatury wytypowane przez radę pedagogiczną (pod warunkiem, że np. jednym z kryteriów otrzymania stypendium Prezesa Rady Ministrów byłoby społeczne zaangażowanie się w życie szkoły lub placówki). Utrzymywanie przepisu w takiej formule jak dotychczas powoduje w efekcie, że od 10 lat pewna grupa uczniów, którzy otrzymują stypendium Prezesa Rady Ministrów, otrzymuje je niezgodnie z prawem.

#### **Przykład 11:**

„Oceny pracy nauczyciela dokonuje dyrektor szkoły, który przy jej dokonywaniu może zasięgnąć opinii samorządu uczniowskiego”<sup>18</sup> – stanowi art. 6a pkt 5 Karty Nauczyciela. Warto zwrócić tu uwagę na dwa istotne elementy: „może się zwrócić” oraz „opinię” (a nie „ocenę”). Statystyki pokazują, że z tego przywileju korzysta niewielu dyrektorów szkół i placówek. Wielu argumentuje to obawą przed niedojrzałością uczniów do przygotowania tego typu opinii i niechęcią do wywoływania w szkołach niepotrzebnych, negatywnych emocji. Trudno się z tymi opiniami nie zgodzić. Nieoficjalnie padają także opinie typu „dzieci i ryby głosu nie mają”. Jest to jednak doskonałe narzędzie w rękach dyrektora szkoły do demokratyzacji procesu zarządzania szkołą, do włączenia przedstawicieli samorządu uczniowskiego we współgospodarzenie szkołą lub placówką i współodpowiedzialność za nią. Niestety, działania komisji dyscyplinarnych przy kuratoriach oświaty w Polsce dowodzą, że w kilku przypadkach przepis ten, a w efekcie uczniów-liderów samorządu uczniowskiego, którzy na oficjalną prośbę dyrektora szkoły przygotowali opinię o pracy nauczyciela, perfidnie wykorzystano do personalnych rozgrywek kadrowych w szkołach. Może zatem lepiej dla samych uczniów, że jest on prawie „martwym przepisem”?

<sup>17</sup> KWIATKOWSKI S.M., GAWROŃSKI K. (red.), *Prawo oświatowe*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2013, s. 819.

<sup>18</sup> BARAŃSKI A., SZYMAŃSKA M., ROZWADOWSKA-SKRZECZYŃSKA J., *Karta nauczyciela – komentarz*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2014, s. 51.



### **Przykład 12:**

Jak wynika z Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 18 kwietnia 2002 roku w sprawie organizacji roku szkolnego (Dz. U. Nr 46, poz. 432), w dniach wolnych od nauki szkoła ma obowiązek zorganizować zajęcia opiekuńczo-wychowawcze i poinformować o tym rodziców. Dla nauczycieli są to normalne dni pracy, za które nie otrzymują oni dodatkowego wynagrodzenia. Dotyczy to m.in. dnia 1 września, 14 października, dnia zakończenia roku szkolnego, ale także, albo i przede wszystkim: 5 dni w czasie zimowej przerwy świątecznej, 3 dni w czasie rekolekcji wielkanocnych i 3 dni w czasie wiosennej przerwy świątecznej<sup>19</sup>. W praktyce jednak wiele szkół robi wszystko, aby w czasie przerw świątecznych uczniów w szkołach nie było, stwarzając tym samym nie lada problem wielu rodzicom, szczególnie rodzicom uczniów szkół podstawowych, którzy muszą zorganizować dla swoich dzieci opiekę. W grudniu 2014 roku przypomniała o tym obowiązku ówczesna Minister Edukacji Narodowej – Joanna Kluzik-Rostkowska, co wywołało powszechne oburzenie środowiska oświatowego, które potraktowało to jako osobisty wręcz atak ministra na przyzwolenie do nieoficjalnych dni wolnych. A przecież pani minister przypomniała tylko, jakie prawa mają rodzice i jakie obowiązki ma względem nich szkoła i nauczyciele.

### **Przykład 13:**

„Uczeń ma prawo do tego, aby w ustalaniu oceny z wychowania fizycznego, techniki, plastyki i muzyki (jeżeli nie są to zajęcia kierunkowe) w szczególności brano pod uwagę wysiłek wkładany przez niego w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć<sup>20</sup>. Przepis ten to kolejny przykład postępowania nauczycieli według własnego uznania z naruszeniem przepisów prawa oświatowego. Nauczyciele wychowania fizycznego jak zakłęci trzymają się „mitycznych tabelk” z wytycznymi dotyczącymi „standardów sprawności fizycznej” i nie potrafią lub nie chcą dostrzegać często wspomnianego w powyższym rozporządzeniu wysiłku, który przecież jest różny dla każdego ucznia wykonującego określone zadania sportowo-ruchowe, a który, jak stanowią przepisy, musi być punktem wyjścia do dokonania oceny ucznia w trakcie wykonywania zadań na zajęciach lekcyjnych. Nie każdy przecież jest urodzonym sportowcem, malarzem czy muzykiem, a takie zachowanie nauczycieli (szczególnie wychowania fizycznego) ma demotywujący wpływ na postawę ucznia, co niewątpliwie przyczyniło się na przestrzeni ostatnich lat do dynamicznego wzrostu ilości zwolnień lekarskich z zajęć wychowania fizycznego.

---

<sup>19</sup> CIBORSKI P., *Karta nauczyciela – komentarz problemowy*, Gdańsk, wyd. ODDiK, 2014, s. 132.

<sup>20</sup> Par. 7, Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 7 września 2004 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 199, poz. 2046).

#### **Przykład 14:**

„Prowadzenie dziennika elektronicznego wymaga umożliwienia bezpłatnego wglądu rodzicom do dziennika elektronicznego w zakresie dotyczącym ich dzieci”<sup>21</sup> – stanowi kolejny zapis prawa oświatowego. Technika i cyfryzacja, wkraczając do szkół za pomocą e-dziennika, miała przynieść oczekiwaną zmianę, ułatwić rodzicom dostęp do wiedzy o ich dzieciach i przyczynić się do poprawy relacji rodzice – szkoła poprzez szybszą i skuteczniejszą komunikację. Niestety stało się inaczej. W wielu szkołach, w których wprowadzono e-dzienniki, na zebrania z rodzicami przestał przychodzić ktokolwiek poza nauczycielem-wychowawcą. Rodzice uznali, że skoro mają stały dostęp do ocen i frekwencji swojego dziecka, to wszystko wiedzą i nie ma potrzeby chodzić na spotkania z wychowawcą klasy dziecka, bo wszystkie niezbędne informacje znajdują w Internecie. Drugim problemem stała się odpłatność za korzystanie z e-dziennika. Oczywiście każdy rodzic ma pełne prawo do nieodpłatnej informacji na temat swojego dziecka i jego sytuacji w szkole. Problem z pobieraniem opłat za korzystania z e-dzienników stał się tak duży, że w sierpniu 2014 roku Minister Edukacji Narodowej wydała stosowne rozporządzenie, w którym przypominała, że dostęp do e-dziennika jest bezpłatny dla rodziców. To jednak nie rozwiązało problemów. Wielu dyrektorów szkół stwierdziło, że owszem, jest bezpłatny, ale na miejscu – w szkole (tak jak było z „tradycyjnym” dziennikiem papierowym). A korzystanie z zasobów e-dziennika w domu to dla rodzica szczególny komfort i udogodnienie, za które trzeba zapłacić. Swoje decyzje i postępowanie dyrektorzy szkół argumentowali albo koniecznością ponoszenia opłat za serwisowanie, licencję i leasingowanie e-dziennika, albo chęcią zmotywowania rodziców do pojawiania się w szkole na organizowanych wywiadówkach.

#### **Przykład 15:**

„Uczeń przystępuje do zawodów dobrowolnie. Organizatorzy konkursów, olimpiad i turniejów pokrywają koszty podróży, wyżywienia i noclegu uczestników oraz w miarę możliwości ich opiekunów”<sup>22</sup> – stanowi rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 2002 roku. Jakże często jednak okazuje się w praktyce, że zapisy te to kolejna szkolna fikcja. Uczniowie reprezentujący szkołę w turniejach i zawodach nie dość, że muszą po swojej nieobecności związanej z wyjazdem na konkurs czy olimpiadę nadrabiać zaległości z zajęć, to są dodatkowo obciążani

---

<sup>21</sup> Par. 22, pkt 3, Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 sierpnia 2014 w sprawie prowadzenia przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki dokumentacji przebiegu nauczania, działalności wychowawczej i opiekuńczej oraz rodzajów tej dokumentacji (Dz. U. 2014, poz. 1170).

<sup>22</sup> Par. 15, Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 stycznia 2002 roku w sprawie organizacji oraz sposobu przeprowadzania konkursów, turniejów i olimpiad (Dz. U. z 2002 r. Nr 13, poz. 125).

(lub ich rodzice czy prawni opiekunowie) kosztami dojazdu, a często nawet zakwaterowania w trakcie takowego wyjazdu. Zdarza się także, że rodzice są obligowani do wyjazdu z dzieckiem na tego typu wydarzenie, gdyż szkoła nie chce lub nie może (konieczność organizacji zastępstw za nieobecnego nauczyciela) oddelegować nauczyciela w charakterze opiekuna ucznia udającego się na zawody czy olimpiadę. Kolejną kwestią jest odpłatność za udział w konkursie czy turnieju. Rozporządzenie jasno stanowi, że koszty udziału pokrywa organizator (czasami może także sfinansować to szkoła ze środków rady rodziców). Niedopuszczalne są jednak praktyki, gdy to uczniowie muszą ponosić koszty „wpisowego” za udział w konkursie (a tak jest np. cały czas przy corocznym ogólnopolskim konkursie matematycznym „Kangur”).

### **Przykład 16:**

„Nauczyciel w swoich działaniach dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych ma obowiązek kierowania się dobrem uczniów, troską o ich zdrowie, postawę moralną i obywatelską z poszanowaniem godności osobistej ucznia”<sup>23</sup> – stanowi art. 4 ustawy o systemie oświaty. Zdarza się, że ten piękny i szczytny zapis niewiele ma wspólnego z rzeczywistością. Media nieustannie podają przykłady niewłaściwego traktowania uczniów przez nauczycieli. Zdarzają się sytuacje, w których to nauczyciele pozwalają sobie kierować pod adresem uczniów niewybredne komentarze, inwektywy i uwagi (szczególnie w sytuacji odpytywania uczniów). Nie każdy uczeń radzi sobie z takimi sytuacjami, dlatego efekty takich długotrwałych zachowań mogą mieć tragiczne wręcz następstwa. Przecież w ostatnich kilku latach środki masowego przekazu informowały społeczeństwo o próbach samobójczych uczniów, wobec których nauczyciele stosowali mobbing.

### **Przykład 17:**

Ocenianie jest jawne dla ucznia, jak też dla jego rodziców lub prawnych opiekunów. Jawne, czyli o znanych kryteriach i sposobach prowadzenia oceniania. Na wniosek ucznia lub jego rodziców bądź prawnych opiekunów nauczyciel jest zobowiązany do uzasadnienia wystawionej przez siebie oceny. Sposób i formę tego uzasadnienia powinny regulować przepisy dokumentów wewnętrznych (statutu szkoły lub wewnątrzszkolnego systemu oceniania). *Na wniosek rodziców, prawnych opiekunów, jak też samego ucznia nauczyciel ma obowiązek udostępnić do wglądu sprawdzone i ocenione pisemne prace kontrolne, jak też inną dokumentację dotyczącą oceniania*<sup>24</sup>. Nie zawsze jednak w praktyce jest tak, jak stanowi powyż-

---

<sup>23</sup> SZYMAŃSKA M., dz. cyt., s. 198.

<sup>24</sup> BALICKI A., PYTER M., dz. cyt., s. 10.

szy zapis pochodzący z Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 10 czerwca 2015 r. w sprawie szczegółowych warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy w szkołach publicznych (Dz. U. 2015, poz. 843). Często słyszy się o sytuacjach, gdzie nauczyciel po sprawdzeniu prac pisemnych jedynie przekazuje informację o ocenach, uniemożliwiając uczniom wgląd w ich prace celem zapoznania się z tym, co robili źle i gdzie popełnili błędy. Zdarza się również, że nauczyciele nie uzasadniają wystawianych przez siebie ocen w myśl zasady, że przed uczniami przecież tłumaczyć się nie będą i skoro tak ocenili ich wiedzę / umiejętności, to tak jest i już.

### **Przykład 18:**

Kolejnym, dość częstym przypadkiem łamania prawa w szkołach i placówkach jest nierówne traktowanie uczniów. Od zawsze w każdej klasie trafiał się przysłowiowy „pupil nauczyciela” oraz tzw. „kozioł ofiarny”. Wspomniana już wcześniej Konwencja o prawach dziecka w art. 2 zapewnia każdemu dziecku prawo do równego traktowania wobec prawa<sup>25</sup>. Równe prawo zapisane w Konwencji jasno wskazuje, że nie wolno nikomu ograniczać przysługującego mu prawa z jakiegokolwiek przyczyny (oczywiście poza wyrokiem niezawisłego sądu). W szkołach jednak często słyszy się o sytuacjach, w których np. uczniowie gorzej zachowujący się otrzymują zakaz wyjazdu na wycieczkę szkolną czy uczestnictwa w zabawie szkolnej. Dzieje się także tak, że uczniowie lepiej uczący się, zdolniejsi są lepiej traktowani przez nauczycieli tylko dlatego, że mniej jest z nimi problemów wychowawczych. Przykładem nierównego traktowania jest np. sytuacja z jednej ze szkół w Polsce, w której na drzwiach stołówki szkolnej wywieszono napis: „Obiady wydawane są o godz. 12:45 uczniom, którzy opłacają obiady z własnych środków, o godz. 13:50 uczniom, którym obiady finansuje MOPS”. Jest to ewidentny przykład nierównego traktowania uczniów.

### **Przykład 19:**

„Każde dziecko ma prawo do swobody myśli, sumienia i wyznania”<sup>26</sup>, stanowi art. 14 Konwencji o prawach dziecka. Tu pojawia się kolejny przykład sytuacji, w którym prawo nie zawsze jest zgodne z rzeczywistością szkolną. Polska szkoła niestety nie wszędzie jeszcze jest gotowa do respektowania pełnej swobody wyrażania myśli uczniów. Zdarzają się raz po raz sytuacje, w których, gdy uczeń próbuje wyrazić własne zdanie czy własny pogląd na jakiś temat, słyszy, że jest bezcelny lub nie ma dyskutować (szczególnie gdy ma inne zdanie niż nauczyciel).

---

<sup>25</sup> Art. 2, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>26</sup> Art. 14, Konwencja o prawach dziecka.

Takie sytuacje często mają miejsce na lekcjach wiedzy o społeczeństwie w szkole ponadgimnazjalnej, gdzie uczniowie mają już własne określone poglądy, sympatie i antypatie polityczne oraz w sposób otwarty manifestują własne zdanie na wiele społecznych tematów. Jeszcze gorzej jest z kwestią wyznania. Oczywiście większość uczniów w polskich szkołach to wyznawcy religii rzymskokatolickiej. Zdarzają się jednak uczniowie innych wyznań bądź ateiści. Niestety, panuje jeszcze pogląd, że „mniejszość nie może dyktować warunków większości” i uczniowie ci są dyskryminowani ze względu na swoją religię (lub jej brak). Są „kłopotliwi” w czasie szkolnych wigilii, rekolekcji czy w trakcie „okienek”, które mają z powodu nieuczęszczania na lekcje katechezy. Łamanie powyższego zapisu miało także miejsce w sytuacji, w której dyrektor szkoły zarządził, iż posiłek w stołówce szkolnej rozpoczyna się modlitwą. Co w takiej sytuacji mieli zrobić uczniowie innego wyznania bądź ateiści? Często może również dochodzić do nadinterpretacji wspomnianego zapisu Konwencji o prawach dziecka dotyczącego swobody wyznania. Dwa lata temu, w listopadzie, do jednego z kuratoriów oświaty w Polsce wpłynęła skarga od jednego z uczniów, który poczuł się urażony organizowaną przez szkołę imprezą z okazji Halloween. Z drugiej także strony uczniowie niewierzący mogliby zacząć wysyłać pisma ze skargami na zamieszczane często w salach szkolnych krzyże, które również „mogą ograniczać ich prawa do wolności wyznania”. Należy zatem w każdej tego typu sytuacji zachować zdrowy rozsądek i starać się nie dopuszczać do absurdalnych nadinterpretacji przepisów prawa.

#### **Przykład 20:**

„Każde dziecko, które jest zdolne do kształtowania własnych poglądów, ma prawo do swobodnego wyrażania własnych poglądów we wszystkich sprawach dotyczących dziecka”<sup>27</sup> – stanowi art. 12 pkt 1 Konwencji o prawach dziecka. W myśl zasady „nic o nas bez nas” każdy uczeń szkoły ma pełne prawo wyrażać własne opinie, sądy w każdej sprawie, która jego bezpośrednio dotyczy. Niestety często jednak uczniowie nie są jeszcze traktowani jako partnerzy w dyskusji między dorosłymi, jednak pamiętać należy, że często mają bardzo cenne uwagi i spostrzeżenia. W tym kontekście należy jednak bezwzględnie uświadamiać dzieciom, że wyrażanie własnych opinii nigdy nie może wiązać się z naruszaniem praw czy dobrego imienia innych osób.

#### **Przykład 21:**

„Żadne dziecko nie będzie podlegało arbitralnej lub bezprawnej ingerencji w sferę jego życia prywatnego, rodzinnego lub domowego czy w koresponden-

---

<sup>27</sup> Art. 12 pkt 1, Konwencja o prawach dziecka.

cję ani bezprawnym zamachom na jego honor i reputację<sup>28</sup> – stanowi art. 16 pkt 2 Konwencji o prawach dziecka. To także problemowa kwestia w niektórych szkołach czy placówkach. Czasami zdarzają się niewyszukane pytania nauczycieli do uczniów o kwestie dotyczące rodziny czy spraw intymnych. Nierzadko dzieje się także tak, że uczniowi korzystającemu z telefonu komórkowego (co oczywiście w czasie lekcji nigdy nie powinno mieć miejsca) odbiera się telefon i na głos czyta treść SMS-a, którego właśnie pisał. Jest to przecież naruszenie tajemnicy korespondencji. Niedopuszczalne są także sytuacje, w których nauczyciel jest świadkiem obmawiania ucznia przez pozostałych uczniów i nie reaguje. Stanowi to nic innego jak danie przyzwolenia na takie zachowanie. Nie wspominając już o sytuacji, w której to nauczyciel wraz z klasą obmawia nieobecnego ucznia czy uczennicę bądź innego nauczyciela.

### **Przykład 22:**

„Prawo dziecka do ochrony przed wszelkimi formami przemocy fizycznej bądź psychicznej<sup>29</sup> gwarantuje każdemu dziecku (człowiekowi do ukończenia 18. roku życia) art. 19 pkt 1 Konwencji o prawach dziecka. Przepis ten dodatkowo wzmocniony został Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach, w którym to w § 2 zapisano: „Dyrektor zapewnia bezpieczne i higieniczne warunki pobytu w szkole lub placówce, a także bezpieczne i higieniczne warunki uczestnictwa w zajęciach organizowanych przez szkołę lub placówkę poza obiektami należącymi do tych jednostek<sup>30</sup>. Z przepisów tych jasno wynika, że odpowiedzialność za bezpieczeństwo ucznia w trakcie zajęć lekcyjnych i pozalekcyjnych spoczywa na dyrektorze szkoły, który zobowiązany jest zapewnić dzieciom i młodzieży ochronę przed wszelkimi formami przemocy, zarówno fizycznej, jak i psychicznej. Zdarzają się jednak sytuacje, w których dziecko zostaje pobite przez kolegów ze szkoły w trakcie przerwy, bo akurat nie było nauczyciela dyżurującego na korytarzu. Nierzadko także sami nauczyciele wprowadzają na zajęciach atmosferę zastraszania uczniów (niezdaniem matury czy egzaminu zawodowego), stosowanie sprawdzianów jako elementu dyscyplinującego, gdy inne (cywilizowane) środki wychowawcze nie przynoszą efektu, bądź też budują własny autorytet na strachu. Również stosowanie tzw. „odpowiedzialności zbiorowej” jest niedopuszczalne. Robienie „karnej” kartkówki w sytuacji, gdy nauczyciel nie może poradzić sobie ze złym zachowaniem jednego z uczniów i okraszenie tego

---

<sup>28</sup> Art. 16 pkt 2, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>29</sup> Art. 19 pkt 1, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>30</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. 2003 Nr 6, poz. 69).

zdaniem skierowanym do reszty klasy „podziękujcie koledze” jest niczym innym jak przyzwoleniem, a nawet podżeganiem do pobicia niesforne go kolegi. W pedagogice są to tzw. strategie obronne nauczyciela opisane przez K. Kruszewskiego, w prawie zaś to ewidentne łamanie prawa do ochrony przez przemocą psychiczną wobec dziecka.

### **Przykład 23:**

„Żadne dziecko nie będzie podlegało torturowaniu bądź okrutnemu, nieludzkemu czy poniżającemu traktowaniu lub karaniu”<sup>31</sup> – gwarantuje art. 37 Konwencji o prawach dziecka. Tutaj również zdarzają się sytuacje nagłaśniane przez środki masowego przekazu. W wielu szkołach bowiem nadal organizuje się wydarzenia pod nazwą „otrząśnięcie klas pierwszych” i często właśnie te wydarzenia naruszają prawo do ochrony przed poniżającym traktowaniem. W programie tego typu imprez szkolnych przewiduje się np. „czyszczenie toalety szczoteczką do zębów”, „mierzenie zapalką obwodu sali gimnastycznej”, „malowanie na twarzach wąsów”, „zmuszanie do wypicia czy zjedzenia produktów nieznanego pochodzenia” czy w końcu, jak donosiły ostatnio media, „zlizywania bitej śmietany z gołych kolan dyrektora szkoły”. Owszem, takie zabawy i wygłupy mogą niektórych śmieszyć i bawić, jednak u ich podłoża ewidentnie leży uwłaczanie człowiekowi jako istocie ludzkiej. Stanowią także naruszenie prawa do ochrony przed poniżającym traktowaniem.

### **Przykład 24:**

Artykuły 29 i 42 Konwencji o prawach dziecka stanowią, że każde dziecko ma prawo do znajomości swoich praw oraz prawo do dochodzenia swoich praw<sup>32</sup>. Oznacza to, że każdy uczeń szkoły lub placówki ma prawo dostępu do wszystkich dokumentów regulujących jego prawa i obowiązki. Współcześnie już nie wystarczy „wyłożenie” do publicznego wglądu statutu szkoły lub poinformowanie, że jest on dostępny w bibliotece szkolnej. To za mało, a w kontekście upowszechniania praw takie bierne zachowanie nie wyczerpuje znamion obowiązku dostępu dziecka do wiedzy o przysługujących im prawach. Jakikolwiek działania mające na celu ograniczenie dostępu dziecka do aktów prawnych (celowe lub niezamierzone), które stanowią o jego prawach i obowiązkach, są oczywiście niezgodne z prawem<sup>33</sup>.

---

<sup>31</sup> Art. 37, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>32</sup> Art. 29, 42, Konwencja o prawach dziecka.

<sup>33</sup> BOJARSKA L., OSUCH M., *Prawa człowieka w szkole. Niezbędny dyrektor*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2008, s. 28.

**Przykład 25:**

„Oceny dorobku zawodowego nauczyciela stażysty i nauczyciela kontraktowego za okres stażu ustala dyrektor szkoły po zasięgnięciu opinii rady rodziców”<sup>34</sup> – stanowi ustawa Karta Nauczyciela w art. 9c. Doświadczenie pokazuje jednak, że przepis ten wypełniany jest niezwykle rzadko, gdyż dyrektorzy szkół zwyczajnie nie zwracają się do rad rodziców z wnioskami i prośbami o przygotowanie takich opinii. Wydanie natomiast oceny pracy nauczyciela przez dyrektora szkoły bez zasięgnięcia opinii rady rodziców jest niezgodne z prawem (chyba że rada rodziców nie odpowiedziała na prośbę o przygotowanie opinii).

Resumując, warto zwrócić również uwagę na fakt, iż wiele patologii związanych z nieprzestrzeganiem prawa w szkołach i placówkach wynika z faktu, iż statuty szkół, a więc dokumenty tworzone w szkołach i placówkach, które najczęściej regulują wiele praw i obowiązków uczniów, zawierają liczne błędy formalne. Należą do nich np.:

- niezgodność zapisów statutowych z aktami prawnymi wyższego rzędu,
- bezpośrednie cytowanie zapisów aktów prawnych, bez uwzględnienia specyfiki szkoły (np. w zakresie praw ucznia, kar, nagród, oceny z zachowania),
- deklaratorywność praw ucznia, bez czytelnych procedur odwoławczych,
- zawilość i niezrozumiałość zapisów statutów szkół (możliwość różnej interpretacji),
- brak wymaganych prawem zagadnień, które powinny być uregulowane w statucie,
- umieszczanie błędnych zapisów (np. statut szkoły określa program wychowawczy),
- umieszczanie zapisów ogólnych, wieloznacznych, trudnych do wyegzekwowania,
- brak trybu nowelizacji statutu,
- brak zapisów dotyczących rozstrzygania sporów na terenie szkoły.

*Ubi societas, ibi ius* (łac. *Gdzie jest społeczeństwo, tam jest prawo*) – mówi łacińska sentencja prawnicza. Szkoła, to miejsce gdzie toczy się życie społeczne. To przestrzeń funkcjonowania młodych i dojrzałych, którzy muszą działać w granicach obowiązującego prawa. Nieprzestrzeganie ustalonych norm, zasad i reguł przez którąkolwiek ze stron winno być tak samo potępiane i napiętnowane. Przyzwolenie na łamanie prawa przez uczniów jest niewychowawcze i rodzi ryzyko

---

<sup>34</sup> KOŁODZIEJCZYK W., KUNICKI-GOLDFINGER M., STARZYŃSKI W., WIECZOREK E., *Prawa rodziców w szkole*, Warszawa, wyd. Społeczne Towarzystwo Oświatowe, 2005, s. 142.



utrwalania złego zachowania w przyszłości. Zgoda na łamanie prawa przez nauczycieli i dyrektorów szkół to przyzwolenie na nieetyczne zachowanie i godzenie w etos zawodu pedagoga, a także kształtowania negatywnego wzorca wychowawczego wśród uczniów. Naturalnym jest, że każda ze stron woli słuchać o przysługujących prawach i przywilejach z nich wynikających, a nie o obowiązkach, jakie są na nią nakładane. Takie postępowanie jest w pełni zgodne z naturą człowieka, jednak trzeba pamiętać, że aby domagać się swoich praw, należy przede wszystkim zacząć od wypełniania własnych obowiązków i powinności, które także są spisane w przedstawianych w niniejszym artykule przepisach prawnych. Próbując odnaleźć się w przedstawionym powyżej gąszczu przepisów prawnych, warto analizę prawną zacząć właśnie od obowiązków, a dopiero potem zapoznawać się z prawami. Prawa uczniów często także mylone są z przywilejami. Te pierwsze są niezbywalne, a drugie można ograniczać. Młodzież nierzadko rezygnuje ze swoich praw, bo uważa, że nie do końca wypełnia swoje obowiązki, więc i prawa jej nie przysługują. A to nieprawda.

Zaprezentowane powyżej przykłady są jedynie wybranymi ilustracjami łamania prawa w szkołach i placówkach oświatowych (ich ograniczona liczba wynika z formalnych wymogów co do wielkości niniejszego artykułu). Niepokojącym jest fakt, że przypadki ignorowania przepisów prawa oświatowego wcale nie pojawiają się rzadziej. Dowodzi tego nieustannie rosnąca liczba interwencji podejmowanych przez rzeczników praw ucznia działających przy kuratoriach oświaty oraz przez Rzecznika Praw Dziecka. Może być też tak, że liczba tych interwencji nie jest związana ze wzrostem sytuacji niezgodnych z prawem, a właśnie ze wzrostem świadomości uczniów i ich wiedzą, gdzie się po pomoc zwracać. Pozostaje mieć nadzieję, że przytoczone powyżej przykłady wynikają nie ze złej woli nauczycieli czy dyrektorów szkół lub placówek, a z niewiedzy i braku umiejętności posługiwania się prawem.

Szkoła, w której przestrzegane jest prawo, to szkoła przyjazna uczniom, dążąca do zapewniania im bezpiecznych warunków pobytu i nauki. Funkcjonowanie każdej szkoły i placówki edukacyjnej to splot szeregu zasad będących zarówno przywilejami, jak i obowiązkami, których przestrzegać muszą bezwzględnie wszyscy uczestnicy życia szkolnego, bowiem „Gdzie są prawa, tam i są obowiązki” (łac. *Ubi ius, ibi onus*).

#### **BIBLIOGRAFIA**

- BALICKI A., PYTER M., *Leksykon prawa oświatowego i prawa o szkolnictwie wyższym*, Warszawa, wyd. C.H. Beck, 2014.
- BALICKI A., PYTER M., *Prawo oświatowe*, Warszawa, wyd. C.H. Beck, 2015.
- BARAŃSKI A., SZYMAŃSKA M., ROZWADOWSKA-SKRZECZYŃSKA J., *Karta nauczyciela. Komentarz*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2014.

- BOJARSKA L., OSUCH M., *Prawa człowieka w szkole. Niezbędnik aktywnego rodzica*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2008.
- BOJARSKA L., OSUCH M., *Prawa człowieka w szkole. Niezbędnik dyrektora*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2008.
- CIBORSKI P., *Karta nauczyciela – komentarz problemowy*, Gdańsk, wyd. ODDK, 2014.
- HART S., COHEN C.P., ERICSON M.F., FLEKKOY M., *Prawa dzieci w edukacji*, Gdańsk, wyd. GWP, 2006.
- KOŁODZIEJCZYK W., KUNICKI-GOLDFINGER M., STARZYŃSKI W., WIECZOREK E., *Prawa rodziców w szkole*, Warszawa, wyd. Społeczne Tow. Oświatowe, 2005.
- KWIATKOWSKI S.M., GAWROŃSKI K., *Prawo oświatowe*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2013.
- PILCH M., *Ustawa o systemie oświaty – komentarz*, Warszawa, wyd. Wolters Kluwer, 2015.
- SZYMAŃSKA M., *Ustawa o systemie oświaty z komentarzem do zmian wprowadzonych ustawą z dnia 6 grudnia 2013 r. (Dz. U. z 2014 r. poz. 7)*, Gdańsk, wyd. ODDK, 2014.
- ZIÓŁKOWSKI P., *Samorząd uczniowski – idee, uwarunkowania, doświadczenia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014.

#### **AKTY PRAWNE**

- Konwencja o prawach dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989 r. (Dz. U. 1991 Nr 120, poz. 526).
- Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 2 kwietnia 1997 r. (Dz. U. 1997 Nr 78, poz. 483).
- Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 roku – Kodeks cywilny (Dz. U. 1964 Nr 16, poz. 93).
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 roku – Kodeks karny (Dz. U. 1997 Nr 88, poz. 553).
- Ustawa z dnia 7 stycznia 1993 roku o planowaniu rodziny, ochronie płodu ludzkiego i warunkach dopuszczalności przerywania ciąży (Dz. U. z 1993 r. Nr 17, poz. 78, z późn. zm.).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 18 kwietnia 2002 roku w sprawie organizacji roku szkolnego (Dz. U. Nr 46, poz. 432).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 69).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 7 września 2004 r. w sprawie warunków i sposobu oceniania, klasyfikowania i promowania uczniów i słuchaczy oraz przeprowadzania sprawdzianów i egzaminów w szkołach publicznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 199, poz. 2046).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 sierpnia 2014 roku w sprawie prowadzenia przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki dokumentacji przebiegu nauczania, działalności wychowawczej i opiekuńczej oraz rodzajów tej dokumentacji (Dz. U. 2014, poz. 1170).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 stycznia 2002 roku w sprawie organizacji oraz sposobu przeprowadzania konkursów, turniejów i olimpiad (Dz. U. z 2002 r. Nr 13, poz. 125).

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. 2003 Nr 6, poz. 69).

Porozumienie pomiędzy Ministerstwem Edukacji Narodowej a Ministerstwem Zdrowia i Opieki Społecznej zawarte w piśmie z dnia 15 lutego 1994 roku Nr DKO-430-1/94/ZF oraz z czerwca 1994 roku Nr DKO-430-1/2/94.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Prawa człowieka – prawa ucznia.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut

### 3. Cel główny:

- Zapoznanie uczniów z prawami człowieka wynikającymi z regulacji prawnych oraz prawami ucznia zapisanymi w statucie danej szkoły.

### 4. Cele szczegółowe:

- Wdrożenie wiedzy dotyczącej podstawowych aktów prawnych opisujących prawa człowieka.
- Uświadomienie uczniom, iż prawa człowieka przysługują każdemu z nas.
- Kształtowanie wiedzy na temat podstawowych praw człowieka.
- Zapoznanie z treściami w Statucie Szkoły regulującymi prawa i obowiązki ucznia.
- Zwrócenie uwagi na problematykę związaną z nieprzestrzeganiem praw człowieka.
- Kształtowanie wiedzy na temat instytucji, do których można zwrócić się o pomoc w sytuacji łamania praw człowieka/ucznia.
- Doskonalenie umiejętności pracy w grupie.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Terminologia przedmiotu: prawa człowieka/prawa ucznia.
- Rodzaje organizacji, instytucji oraz aktów prawnych regulujących prawa człowieka/ucznia.
- Przykłady łamania praw człowieka/ucznia.
- Prawa ucznia vs obowiązki ucznia.
- Rodzaje instytucji zajmujących się ochroną praw człowieka/ucznia.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające - pogadanka, wypowiedź ustna, praca z tekstem, prezentacja multimedialna,
- Metody problemowe - dyskusja, giełda pomysłów, diamentowy ranking, linia czasu.

## 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Rzutnik,
- Laptop,
- Kartki,
- Długopisy, pisaki,
- Tablica,
- Kartki z hasłami definicji,
- Tablice: Konwencja Praw Dziecka, Deklaracja Praw Człowieka, Statut Szkoły (fragmenty zawierające opisy praw i obowiązków ucznia),
- Kartki z opisami przykładów sytuacji łamania praw człowieka,
- Test wiedzy.

## 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Przywitanie, wprowadzenie dobrej atmosfery, wprowadzenie w tematykę: prawa człowieka/ prawa ucznia
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami i krótko wprowadza w tematykę zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem, zapoznają się z tematem zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoły pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Rodzaje organizacji, instytucji oraz aktów prawnych regulujących prawa człowieka, dziecka, ucznia w danej szkole
Metody realizacji	Wykład konwersatoryjny, prezentacja multimedialna, linia czasu
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik, tablice: Konwencja Praw Dziecka, Deklaracja praw Człowieka, Statut Szkoły
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wspierając się prezentacją multimedialną zapoznaje uczniów z wiedzą dotyczącą organizacji, instytucji oraz aktów prawnych regulujących prawa człowieka, dziecka, ucznia w danej szkole. W celu obrazowego uszeregowania czasu wprowadzania kolejnych aktów prawnych posługuje się linią czasu. Na koniec zawiesza na ścianie przygotowaną wcześniej Deklarację Praw Człowieka, Konwencję Praw Dziecka oraz fragmenty Statutu Szkoły.

Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają, w razie wątpliwości dopytują nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu, dając możliwość swobodnego oglądania prezentacji przez każdego ucznia

Treści kształcenia	Terminologia przedmiotu: prawa człowieka/ucznia
Metody realizacji	Giełda pomysłów, praca z tekstem, wypowiedź ustna
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Kartki z hasłami, puste kartki do notowania efektów pracy w zespołach, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5 osobowe zespoły. Każdy zespół otrzymuje kartki z 3 hasłami ujmującymi terminologię przedmiotu. Nauczyciel prosi o opracowanie w grupach tychże definicji, a następnie przedstawienie ich na forum klasy. Po prezentacji hasel każdej grupy nauczyciel oraz inni uczniowie dopowiadają swoje sugestie
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na mniejsze zespoły i siadają przy stanowiskach roboczych. Zespoły opracowują zadanie powierzone przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Problematyka oraz przykłady łamania praw człowieka/dziecka/ucznia
Metody realizacji	Giełda pomysłów
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Opisy sytuacji łamania praw człowieka/ucznia. Kartki, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom w zespołach krótkie opisy przykładów sytuacji, w których łamane są prawa człowieka/ucznia. Prosi uczniów o wskazanie tych praw, które są łamane oraz odniesienie ich do zapisów w aktach prawnych
Czynności uczestników	Uczniowie pracują w zespołach, odnajdują w opisach sytuacje łamania praw człowieka/ucznia, zapisują na kartkach akty prawne, które regulują te prawa
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Prawa i obowiązki ucznia wynikające m.in. z zapisów statutu w danej szkole
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, dyskusja kierowana, diamentowy ranking
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi uczniów o prezentację prac, a następnie inicjuje dyskusję na temat praw i obowiązków uczniów w danej szkole. Wszystkie wymieniane prawa zostają zapisane na tablicy, a następnie uszeregowane za pomocą diamentowego rankingu
Czynności uczestników	Przedstawiciele grup prezentują pracę zespołu na forum klasy. Uczniowie aktywnie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Rodzaje instytucji zajmujących się ochrona praw człowieka/ucznia
Metody realizacji	Pogadanka, dyskusja
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje dyskusję, wspólnie z uczniami wymienia organizacje i instytucje, do których można zwrócić się o pomoc w sytuacji łamania praw człowieka/ucznia
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Prawa człowieka/ucznia – podsumowanie zajęć, sprawdzenie wiedzy
Metody realizacji	Metody asymilacji wiedzy – praca pisemna: test wiedzy
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Test wiedzy, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom test wiedzy podsumowujący spotkanie, prosi o zaznaczenie właściwych odpowiedzi

Czynności uczestników	Uczniowie wypełniają test wiedzy
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć
Metody realizacji	Pogadanka podsumowująca
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, dziękuje uczniom za zaangażowanie, żegna się z uczniami
Czynności uczestników	Uczniowie dziękują za zajęcia i żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Test wiedzy dotyczący podstawowych organizacji, instytucji oraz aktów prawnych regulujących prawa człowieka, prawa dziecka, prawa ucznia, znajomości praw przysługujących każdemu człowiekowi, instytucji, osób, do których można zwrócić się o pomoc w sytuacji łamania praw człowieka.



Barbara Boniek  
Zespół Szkół nr 22 w Bydgoszczy

## EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA W SZKOLE

Tradycyjne pojmowanie bezpieczeństwa jako zdolności do przeciwdziałania zagrożeniom zewnętrznym, kojarzone zazwyczaj z działaniami wojennymi odchodzi w przeszłość<sup>1</sup>. Współcześnie o wiele większego znaczenia nabiera kształcenie umiejętności radzenia sobie z wieloma niebezpieczeństwami, które wynikają z dynamicznego rozwoju cywilizacji i industrializacji. Stale wzrasta bowiem ilość czynników powodujących bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia człowieka.

Chociaż nie mamy wpływu na występowanie sytuacji kryzysowych, możemy się nauczyć prawidłowo na nie reagować, a dzięki temu zapobiegać ich niepożądanym skutkom, pomagać potrzebującym czy sprawnie pokierować akcją ratunkową. Brak wiedzy i uleganie emocjom powoduje, że działamy chaotycznie, w panice. Może to zaszkodzić nam, a także osobom znajdującym się na miejscu zdarzenia, dlatego też istotnym stało się przygotowanie społeczeństwa do radzenia sobie w trudnych sytuacjach<sup>2</sup>. Konieczna zatem stała się zmiana podstawy programowej, a co za tym idzie – treści nauczania: weryfikacja zbędnych, zdezaktualizowanych zagadnień, z jednoczesnym położeniem nacisku na obszary szeroko pojętego bezpieczeństwa.

23 grudnia 2008 roku zmieniono podstawę programową kształcenia ogólnego dla przedszkoli, szkół podstawowych, gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych. Ministerstwo Edukacji Narodowej w uzgodnieniu z Ministerstwem Obrony Narodowej wprowadziło nowy przedmiot – edukację dla bezpieczeństwa, zastępując nim przysposobienie obronne. Kładzie on nacisk na działania edukacyjne ukierunkowane na problematykę zagrożeń pokojowych z uwzględnieniem niebezpie-

<sup>1</sup> Podstawa programowa z komentarzami. Tom 8. Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum, Warszawa, MEN, s. 71.

<sup>2</sup> BONIEK B., WOJTAŚ B., *Program nauczania – Edukacja dla bezpieczeństwa – Ciekawi świata*, Gdynia, OPERON, 2012, s. 2.

czeństwa czasu wojny i sposobów zachowań w sytuacjach zdarzeń o charakterze kryzysowym, możliwych w każdej chwili i miejscu.

Treści programowe zostały podzielone na dwa etapy kształcenia – III i IV etap edukacyjny. Na każdym z nich nauczyciel ma do dyspozycji po jednej godzinie lekcyjnej tygodniowo. Przedmiot realizowany jest wyłącznie w zakresie podstawowym. Spiralny układ treści nauczania (dwukrotnie realizowany pełny cykl kształcenia ogólnego: po raz pierwszy w gimnazjum i po raz drugi w szkole ponadgimnazjalnej) pozwala na weryfikację wcześniej zdobytej wiedzy i umiejętności. Z wcześniejszej podstawy programowej zostały usunięte następujące treści:

- terenoznawstwo,
- podstawy planowania i organizowania działań,
- strzelectwo sportowe lub bieg na orientację.

W IV etapie edukacyjnym moduł „Służba wojskowa” został włączony do działu „Siły zbrojne RP”, natomiast moduł „Rola jednostki w kształtowaniu bezpieczeństwa własnego i społecznego” stanowi część działu „Zagrożenia czasu pokoju”.

Cel reformy programowej stanowi poprawa efektów kształcenia, dlatego też forma podstawy programowej jest temu podporządkowana. Wiadomości i umiejętności, jakie mają zdobyć uczniowie, wyrażone są w języku wymagań.

Pojawienie się omawianego przedmiotu już w gimnazjum świadczy o randze i ważności zagadnień. Należy jednocześnie pamiętać o tym, że nauczyciele szkół ponadgimnazjalnych kontynuują działania rozpoczęte na wcześniejszym etapie kształcenia<sup>3</sup>.

## **Podstawy prawne dotyczące reformy programowej**

**Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół<sup>4</sup>** to najważniejszy akt prawny wprowadzający zmiany systemowe w edukacji polskiej do szkół ponadgimnazjalnych włącznie. Zmianie uległa podstawa programowa z 2002 roku.

Nowa podstawa programowa zmienia podejście do kształcenia ogólnego w gimnazjum. Do tej pory kładziono duży nacisk na zrozumienie przez uczniów

---

<sup>3</sup> WOYNAROWSKA B., *Edukacja zdrowotna i edukacja dla bezpieczeństwa w nowej podstawie programowej kształcenia ogólnego*, [www.kuratorium.bialystok.pl](http://www.kuratorium.bialystok.pl) [dostęp: 25.08.2016].

<sup>4</sup> Dz.U. z 2009 r. Nr 4, poz. 17.

świata i praw nim rządzących bez konieczności objęcia zakresem kształcenia wszystkich treści przedmiotu nauczania. Natomiast w nowej podstawie autorzy proponują połączenie programowe gimnazjum i szkoły ponadgimnazjalnej, którego celem jest unowocześnienie programu szkoły poprzez przejście ze sposobu nauczania spiralnego do linearnego. Wprowadzenie owej komplementarności programowej między gimnazjum a szkołą ponadgimnazjalną to jedna z najważniejszych decyzji dotyczących podstawy programowej<sup>5</sup>. Autorzy nowych programów nauczania, a mogą być nimi nauczyciele uczący danego przedmiotu, muszą sprostać temu złączeniu programowemu szkół dwóch poziomów. Jest to wyzwanie bardzo poważne, ponieważ spójne realizowanie treści kształcenia z danego przedmiotu ma mieć miejsce w różnych szkołach (np. gimnazjum i liceum, gimnazjum i szkole zawodowej) pod kierunkiem różnych nauczycieli i w nowych skompletowanych wg innych zasad zespołach uczniowskich.

Rozporządzenie MEN z 23 grudnia 2008 roku określa cele kształcenia ogólnego oraz wymagania szczegółowe co do treści. Znaczna część szczegółowych treści nauczania stanowi umiejętności praktyczne, np. „rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach”, „umie zachować się w szkole po ogłoszeniu alarmu”, „wzywa odpowiednią pomoc”, „rozpoznaje stan przytomności, bada oddech i tętno”, „układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej”, „wykonuje samodzielnie resuscytację krążeniowo-oddechową”, „udziela pomocy osobie porażonej prądem”, „tamuje krwotok”, „udziela pomocy osobie poszkodowanej przy oparzeniu termicznym i chemicznym”, „rozpoznaje rodzaje sygnałów alarmowych”, „potrafi ewakuować się z budynku w trybie alarmowym”, „zabezpiecza miejsce wypadku i wzywa profesjonalną pomoc”, „ocenia stan poszkodowanego i demonstruje sposób skontrolowania jego funkcji życiowych”, „udziela pierwszej pomocy w przypadku oparzeń, złamań, zwichnięć, krwotoków, dławienia się ciałem obcym, utraty przytomności, utraty oddechu, zatrzymania krążenia, wstrząsu pourazowego” itd. Można więc zauważyć, że o bezpieczeństwie mówi się obecnie coraz częściej w kontekście zagrożeń wewnętrznych, wynikających z rozwoju cywilizacyjnego, uprzemysłowienia, postępującej degradacji środowiska naturalnego, a nie, jak to było wcześniej, w związku z zagrożeniami zewnętrznymi. Pod tym względem zmiana podstawy programowej przysposobienia obronnego i nazwanie nowego podejścia do bezpieczeństwa edukacją dla bezpieczeństwa wydają się bardzo sensowne i trafne.

Kwestie kwalifikacji nauczycieli edukacji dla bezpieczeństwa reguluje **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 marca 2009 r. w sprawie szczegółowych kwalifikacji wymaganych od nauczycieli oraz określenia szkół i wypadków, w których można zatrudnić nauczycieli niemających wyższego wykształcenia lub ukończonego zakładu kształcenia nauczycieli**. W świetle

<sup>5</sup> [www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557](http://www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557) [dostęp: 29.08.2016].

przepisów tego aktu stanowisko nauczyciela edukacji dla bezpieczeństwa może zajmować osoba, która uzyskała poziom wykształcenia wymagany dla danego typu szkoły, tj. legitymuje się odpowiednio dyplomem ukończenia:

- studiów wyższych na kierunku (specjalności) zgodnym z nauczaniem przedmiotem lub prowadzonymi zajęciami oraz posiada przygotowanie pedagogiczne, lub
- studiów wyższych na kierunku, którego zakres określony w standardzie kształcenia dla tego kierunku studiów w grupie treści podstawowych i kierunkowych obejmuje treści nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć oraz posiada przygotowanie pedagogiczne, lub
- studiów wyższych na kierunku (specjalności) innym niż wymieniony w pkt 1 i 2, a ponadto ukończyła studia podyplomowe w zakresie nauczanego przedmiotu lub prowadzonych zajęć oraz posiada przygotowanie pedagogiczne.

Natomiast zajęcia edukacyjne w zakresie udzielania pierwszej pomocy mogą być realizowane w myśl Ustawy z dnia 8 września 2006 r. o Państwowym Ratownictwie Medycznym (Dz.U. Nr 191, poz. 1410 z późn. zm.) z udziałem lekarzy systemu, pielęgniarek systemu i ratowników medycznych oraz przez nauczycieli posiadających odpowiednie przygotowanie. W związku z tym, zgodnie z ww. wymogami, zajęcia edukacyjne w zakresie udzielania pierwszej pomocy realizowane w ramach przedmiotu „edukacja dla bezpieczeństwa” do 31 sierpnia 2010 r. będą mogły być prowadzone przez nauczycieli posiadających przygotowanie z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa, a od 1 września 2010 r. przez nauczycieli posiadających przygotowanie z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa i legitymujących się odpowiednim zaświadczeniem o ukończeniu szkolenia zorganizowanego zgodnie z przepisami Rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy<sup>6</sup>.

Nauczyciele przedmiotów, w których podstawie programowej znajdują się treści związane z pierwszą pomocą, również są zobligowani do ukończenia ww. szkolenia. Należy pamiętać, iż wyłącznie ukończenie szkolenia realizowanego w oparciu o program opracowany przez zespół ekspertów i zatwierdzony przez Ministra Zdrowia stanowić będzie podstawę do uzyskania przez nauczycieli zaświadczenia o ukończeniu szkolenia do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy w szkole. Kursy mogą organizować tylko publiczne i niepubliczne placówki doskonalenia nauczycieli<sup>7</sup>.

---

<sup>6</sup> Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132.

<sup>7</sup> BONIEK B., *Kto może uczyć przedmiotu edukacja dla bezpieczeństwa* [w:] *Twoja nowa era*, Warszawa 2012, s. 40.

Zakres oraz tryb nabywania wiedzy i umiejętności niezbędnych do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy określa **Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy**<sup>8</sup>. Ową wiedzę i umiejętności nabywa się w ramach szkolenia uwzględniającego specyfikę zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy, realizowanego w formie zajęć teoretycznych i praktycznych. Zajęcia te w ramach szkolenia prowadzi lekarz systemu, pielęgniarka systemu lub ratownik medyczny posiadający co najmniej trzyletnie doświadczenie zawodowe. Zajęcia teoretyczne i praktyczne w zakresie wsparcia psychicznego poszkodowanych prowadzi psycholog posiadający co najmniej trzyletnie doświadczenie zawodowe. Kierownikiem merytorycznym szkolenia, odpowiedzialnym za realizację szkolenia zgodnie z ramowym programem szkolenia, może być lekarz, pielęgniarka i ratownik z co najmniej trzyletnim stażem.

Szkolenie jest realizowane zgodnie z ramowym planem i programem szkolenia, uwzględniającymi zakres wiedzy i umiejętności opracowane przez zespół ekspertów powołany przez ministra właściwego do spraw zdrowia. Opracowany ramowy plan i program szkolenia zatwierdza minister właściwy do spraw zdrowia. Szkolenie kończy się egzaminem z zakresu wiedzy i umiejętności objętych programem szkolenia. Może do niego przystąpić osoba, która odbyła wszystkie zajęcia teoretyczne i praktyczne objęte programem szkolenia. Egzamin składa się z dwóch części – egzaminu teoretycznego i praktycznego – z których każda oceniana jest oddzielnie. Miejsca i terminy egzaminu teoretycznego i praktycznego ustala kierownik merytoryczny szkolenia. Egzamin jest przeprowadzany przez komisję składającą się z trzech osób legitymujących się odpowiednimi kwalifikacjami, tj. lekarz, pielęgniarka i ratownik z co najmniej trzyletnim stażem. Członków komisji powołuje i odwołuje kierownik podmiotu organizującego szkolenie. Do składu komisji nie może być powołana osoba, która jest małżonkiem lub krewnym albo powinowatym do drugiego stopnia włącznie osoby, która składa egzamin.

Egzamin teoretyczny przeprowadzany jest w formie testu ujętego w kartę testową, składającego się z zestawu 30 zadań testowych wybranych przez kierownika merytorycznego szkolenia spośród zadań opracowanych przez zespół i zamieszczonych na stronach internetowych urzędu obsługującego ministra właściwego do spraw zdrowia. W trakcie egzaminu teoretycznego zabronione jest wynoszenie karty testowej z sali egzaminacyjnej lub przekazywanie jej treści innym osobom. Odpowiedzi na zadania testowe udziela się wyłącznie na karcie testowej. Podstawą do zaliczenia egzaminu teoretycznego jest udzielenie prawidłowych odpowiedzi na co najmniej 90% zadań testowych zawartych w karcie testowej.

<sup>8</sup> Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132.

Pozytywny wynik egzaminu teoretycznego stanowi warunek konieczny dopuszczenia do egzaminu praktycznego.

Egzamin praktyczny obejmuje wykonanie przez osobę zdającą:

- resuscytacji krążeniowo-oddechowej na fantomie z elektronicznym monitorowaniem i oceną wykonywanych czynności wraz z możliwością wydruku danych oraz
- dwóch losowo wybranych zadań egzaminacyjnych sprawdzających praktyczne postępowanie w ramach pierwszej pomocy,
- wykonanie zadań, o których mowa w punktach a) oraz b), oceniane jest odrębnie przez każdego członka komisji według następującej skali ocen: 5 (bardzo dobry), 4,5 (dobry plus), 4 (dobry), 3,5 (dostateczny plus), 3 (dostateczny), 2 (niedostateczny).

Oceną końcową za egzamin praktyczny jest ocena wynikająca ze średniej arytmetycznej ocen cząstkowych, uzyskanych od poszczególnych członków komisji, zaokrąglona do najbliższej wynikowi oceny, o której mowa w punkcie c), z tym że egzamin praktyczny uznaje się za zaliczony, jeżeli osoba zdająca otrzyma ocenę co najmniej dostateczną<sup>9</sup>. Ocena niedostateczna zostaje postawiona, gdy opowie się za nią co najmniej dwóch członków komisji.

W przypadku gdy osoba zdająca nie zaliczy w całości lub w części egzaminu lub nie przystąpi do niego w całości lub w jego części z ważnych przyczyn losowych, może ona przystąpić do egzaminu lub jego części w następnym terminie, nie więcej jednak niż dwa razy. Osobie, która zdała egzamin, podmiot organizujący szkolenie wydaje zaświadczenie. Przez zdanie egzaminu uważa się zaliczenie egzaminu teoretycznego na co najmniej 27 pkt oraz uzyskanie oceny co najmniej dostatecznej za egzamin praktyczny. Zaświadczenie jest ważne przez okres 5 lat od dnia wydania. Podmiot organizujący szkolenie prowadzi rejestr organizowanych szkoleń i rejestr wydawanych zaświadczeń.

### **Zakres wiedzy i umiejętności niezbędnych do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy:**

#### **1. Podstawy anatomii i fizjologii człowieka**

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- posługiwać się podstawowymi pojęciami z zakresu anatomii i fizjologii człowieka,
- określać położenie poszczególnych narządów i układów,

<sup>9</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132).

- scharakteryzować budowę i czynności poszczególnych narządów i układów,
- oceniać podstawowe czynności życiowe.

## 2. Bezpieczeństwo własne, miejsca zdarzenia oraz poszkodowanego

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wyszczególnić sprzęt do ochrony osobistej (np. rękawiczki, okulary, maseczki do sztucznego oddychania) oraz go używać,
- omówić wyposażenie apteczki pierwszej pomocy,
- zapobiegać kontaktom z płynami ustrojowymi i wydzielinami (np. śliną, krwią, śluzem),
- wyszczególnić oraz ocenić zagrożenia płynące z kontaktu z płynami ustrojowymi,
- postępować w przypadku zranienia materiałem skażonym płynem ustrojowym,
- ocenić, wyznaczyć i oznakować strefę zagrożenia,
- zastosować podstawowe środki dezynfekcyjne.

## 3. Wezwanie pomocy

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić rodzaje poszczególnych służb ratunkowych oraz ich podstawowe zadania,
- wymienić numery alarmowe służące do powiadamiania służb ratunkowych,
- przekazać wszystkie niezbędne informacje podczas powiadamiania służb ratunkowych, przygotować projekt procedur zgłaszania wypadku oraz algorytm postępowania w razie wystąpienia wypadku w szkole.

## 4. Zadzławienia

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- rozpoznać u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej niedrożność dróg oddechowych spowodowaną ciałem obcym,
- usunąć ciała obce z dróg oddechowych u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej, stosując metodę bezprzyrządowego udrażniania dróg oddechowych.

## 5. Poszkodowany nieprzytomny

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić stany przedomdleniowe, objawy omdlenia, potencjalne przyczyny utraty przytomności,

- wymienić zagrożenia wynikające z utraty przytomności (nieostrość dróg oddechowych, zatrzymanie krążenia),
- wymienić wskazania do zastosowania pozycji bocznej,
- wymienić wskazania do zastosowania pozycji zastanej,
- zastosować odpowiednią dla poszkodowanego nieprzytomnego pozycję (zastana, boczna).

#### 6. Zatrucia

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi wymienić rodzaje zatruc oraz zna zasady udzielania pierwszej pomocy w zatruciach.

#### 7. Podstawowa resuscytacja krążeniowo-oddechowa

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- rozpoznać zatrzymanie krążenia u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- wymienić zasady postępowania w przypadku wystąpienia nagłego zatrzymania krążenia u poszkodowanego,
- użyć metod bezprzyrządowego udrażniania dróg oddechowych u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- wykonywać uciskanie klatki piersiowej u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- wykonywać wentylację bezprzyrządową u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- wymienić wskazania i przeciwwskazania do użycia automatycznego defibrylatora zewnętrznego AED u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej,
- użyć automatycznego defibrylatora zewnętrznego AED u poszkodowanego w każdej grupie wiekowej<sup>10</sup>.

#### 8. Urazy

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić przyczyny oraz objawy urazów,
- wykonać podstawowe badanie poszkodowanego.
- rozpoznać uraz głowy oraz wdrożyć postępowanie,

---

<sup>10</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132).



- rozpoznać uraz oka oraz wdrożyć postępowanie,
- rozpoznać uraz kręgosłupa oraz wdrożyć postępowanie,
- rozpoznać uraz klatki piersiowej oraz wdrożyć postępowanie,
- rozpoznać uraz brzucha oraz wdrożyć postępowanie,
- rozpoznać uraz kończyn oraz wdrożyć postępowanie,
- rozpoznać urazy miednicy oraz wdrożyć postępowanie.

#### 9. Tamowanie krwotoków zewnętrznych i opatrywanie ran

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić zasady tamowania krwotoków i opatrywania ran,
- zastosować różne materiały opatrunkowe (np. siatki elastyczne, opaski elastyczne, opaski dziane),
- dobrać właściwy sposób opatrywania rany oraz tamowania krwotoku,
- założyć opatrunek uciskowy,
- założyć opatrunek osłaniający,
- założyć opatrunek na kikut oraz zabezpieczyć amputowaną część ciała.

#### 10. Unieruchomienie złamań i podejrzeń złamań kości oraz zwichnięć

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- rozpoznać i ocenić rodzaj złamania lub zwichnięcia,
- wymienić zasady unieruchomień w przypadku złamania otwartego i zamkniętego lub zwichnięcia oraz zastosować unieruchomienia,
- zastosować sprzęt służący do unieruchomień,
- dobrać właściwy sposób unieruchomienia w zależności od rodzaju złamania czy zwichnięcia.

#### 11. Postępowanie w przypadku wychłodzenia i przegrzania

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić objawy przegrzania oraz wychłodzenia,
- rozpoznać poszkodowanego, u którego doszło do wychłodzenia,
- wdrożyć postępowanie, które ma na celu przerwanie procesu wychładzania,
- rozpoznać poszkodowanego, u którego doszło do przegrzania,
- wdrożyć postępowanie, które ma na celu przerwanie procesu przegrzania,
- udzielić pomocy poszkodowanemu, u którego doszło do przegrzania lub wychłodzenia organizmu.

#### 12. Prowadzenie wstępnego postępowania przeciwwstrząsowego

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić rodzaje wstrząsów, objawy wstrząsu oraz zasady postępowania we wstrząsie,
- zastosować odpowiednią pozycję poszkodowanego we wstrząsie i zabezpieczenie termiczne.

### 13. Inne stany nagłego zagrożenia zdrowotnego

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- wymienić objawy: padaczki, cukrzycy, zawału serca, udaru mózgowego, oparzeń termicznych i chemicznych, astmy oskrzelowej,
- wymienić oraz zastosować zasady postępowania w przypadku podtopienia, utonięcia, ukąszenia lub użądlenia,
- wdrożyć postępowanie w zależności od rodzaju stanu nagłego zagrożenia zdrowotnego.

### 14. Ewakuacja ze strefy zagrożenia

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- ocenić zagrożenia zewnętrzne oraz wewnętrzne w celu podjęcia decyzji o ewakuacji poszkodowanego,
- wymienić podstawowe zasady ewakuacji,
- zastosować podstawowe sposoby ewakuacji.

### 15. Wsparcie psychiczne poszkodowanego

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- nawiązywać kontakt z poszkodowanym,
- udzielić wsparcia psychicznego poszkodowanym,
- radzić sobie z sytuacjami trudnymi w kontakcie z poszkodowanym,
- radzić sobie ze stresem i trudnymi emocjami,
- omówić psychologiczne skutki zdarzeń traumatycznych, specyficzne reakcje i potrzeby dzieci na różnym etapie rozwojowym związane ze zdarzeniami traumatycznymi, w tym reakcje społeczne na katastrofę.

### 16. Udzielanie pierwszej pomocy w sytuacjach symulowanych

Osoba, która ukończyła szkolenie, potrafi:

- ocenić miejsce zdarzenia,
- udzielić pierwszej pomocy poszkodowanemu w sytuacjach symulowanych<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132).

## Założenia reformy programowej

Potrzeba bezpieczeństwa jest podstawową potrzebą człowieka zawsze mu towarzyszącą, ale stanowi też niezbywalne jego prawo<sup>12</sup>. Jak zostało już powiedziane, tradycyjne pojmowanie bezpieczeństwa w kontekście zagrożeń zewnętrznych (głównie działań wojennych) staje się anachroniczne. Współcześnie bowiem o wiele silniejsze są zagrożenia o cechach wewnętrznych. Dlatego coraz większego znaczenia nabiera kształcenie umiejętności radzenia sobie z wieloma zagrożeniami, które nie mają cech typowych dla zagrożeń zewnętrznych. Jest to efekt rozwoju cywilizacyjnego, uprzemysłowienia i postępującej globalizacji w każdej dziedzinie życia.

Wskutek rozwoju cywilizacyjnego i uprzemysłowienia gwałtownie postępuje degradacja środowiska naturalnego, która stwarza wiele zagrożeń ekologicznych. Dlatego tak ważne staje się przygotowanie społeczeństwa do radzenia sobie w tych skomplikowanych warunkach i jest to olbrzymie wyzwanie nie tylko dla społeczeństwa czy pojedynczego człowieka, ale i dla systemu edukacji, władz centralnych, lokalnych i instytucji zajmujących się bezpieczeństwem. Konieczna więc stała się rewizja – zmiana programów nauczania i treści w nich zawartych. Zrezygnowano z obszarów, które uznano za mniej istotne i zbyt szczegółowe, z jednoczesnym położeniem nacisku na obszary o priorytetowym znaczeniu dla bezpieczeństwa.

Koncepcja nowego przedmiotu wyraża się w całościowym ujęciu zagadnień bezpieczeństwa z położeniem nacisku na problematykę zagrożeń pokojowych i sposobów zachowań w sytuacjach zdarzeń o charakterze kryzysowym, w każdym czasie i miejscu. Dlatego treści nauczania ujęte w postawie programowej do tego przedmiotu zorientowane są na wypracowanie umiejętności zachowania się w sytuacjach różnych zagrożeń, takich jak: pożary, powódzie, wypadki komunikacyjne, katastrofy drogowe, zatrucia itp., które mogą zaistnieć w najbliższym otoczeniu ucznia, włączając w to umiejętność niesienia pierwszej pomocy. Chcąc zapewnić wysoką efektywność kształcenia, należy dążyć do maksymalnego upracticznienia zajęć, czyli do nauczania i utrwalania umiejętności potrzebnych w życiu codziennym, w sytuacjach zagrożeń i nieszczęśliwych wypadków. Dopelnieniem treści nauczania jest problematyka funkcjonowania naszego systemu obronności, włącznie z Siłami Zbrojnymi Rzeczypospolitej Polskiej, z tym że szkolne programy powinny uwzględniać także warunki lokalne i zagrożenia, które mogą wystąpić na danym terenie, a których wystąpienie wydaje się najbardziej prawdopodobne. Tak ujęty w podstawie programowej zakres wiadomości i umiejętności wymaga wsparcia ze strony kluczowych instytucji zajmujących się bezpieczeństwem w danym regionie lub miejscowości, tj. jednostek zarządza-

---

<sup>12</sup> Podstawa programowa z komentarzami..., s. 57.

nia kryzysowego, Policji, Państwowej Straży Pożarnej i Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej. Pomoc ta powinna obejmować udział w niektórych zajęciach przedstawicieli w/w instytucji, jak i pomoc w zorganizowaniu pokazów z użyciem specjalistycznego sprzętu oraz infrastruktury. Stąd wskazane jest nawiązanie współpracy między szkołami a lokalnymi jednostkami zarządzania kryzysowego, Policji, PSP, ośrodkami szkolenia i jednostkami wojskowymi<sup>13</sup>.

#### **4. Podstawa programowa edukacji dla bezpieczeństwa<sup>14</sup>**

##### **TRZECI ETAP EDUKACYJNY – GIMNAZJUM**

##### **► Cele kształcenia – wymagania ogólne**

##### **I. Znajomość powszechnej samoobrony i ochrony cywilnej**

Uczeń rozumie znaczenie powszechnej samoobrony i ochrony cywilnej.

Obywatel każdego państwa powinien rozumieć znaczenie w/w zagadnień, ponieważ jest to zrozumienie filozofii państwa w zakresie powszechnej samoobrony i ochrony cywilnej.

##### **II. Przygotowanie do działania ratowniczego**

Uczeń zna zasady prawidłowego działania w przypadku wystąpienia zagrożenia życia i zdrowia.

We współczesnym świecie to niezbędne i pomocne w zmniejszeniu skutków różnorodnych zagrożeń.

##### **III. Nabycie umiejętności udzielania pierwszej pomocy**

Uczeń umie udzielać pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.

##### **► Treści nauczania – wymagania szczegółowe**

##### **1. Główne zadania ochrony ludności i obrony cywilnej**

Uczeń:

- omawia podstawy prawne funkcjonowania ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej,
- wymienia podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej na świecie.

---

<sup>13</sup> Tamże.

<sup>14</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. z 2009 r., Nr 4, poz. 17).

## 2. Ochrona przed skutkami różnorodnych zagrożeń

Uczeń:

- przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru itp.,
- omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych,
- wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność,
- charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, w szkole i najbliższej okolicy,
- wyjaśnia, jak należy gasić zarzewie ognia,
- wyjaśnia, jak należy gasić odzież palącą się na człowieku,
- omawia zasady zachowania się podczas wybuchów i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych,
- uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice.

## 3. Źródła promieniowania jądrowego i jego skutki

Uczeń:

- omawia wpływ środków promieniotwórczych na ludzi, zwierzęta i wodę,
- wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniem,
- wyjaśnia znaczenie pojęcia: „odkażanie”, „dezaktywacja”, „dezynfekcja”, „deratyzacja”,
- wyjaśnia, na czym polegają zabiegi sanitarne i specjalne.

## 4. Oznaczenia substancji na środkach transportowych i magazynach

Uczeń:

- wymienia rodzaje znaków substancji toksycznych i miejsca ich eksponowania,
- rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach,
- wymienia zasady postępowania w przypadku awarii instalacji chemicznej, środka transportu lub rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi,
- wykorzystuje różne materiały na zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry<sup>15</sup>.

## 5. Ostrzeżenie ludności o zagrożeniach, alarmowanie

Uczeń:

- definiuje i rozpoznaje rodzaje alarmów i sygnałów alarmowych,

---

<sup>15</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. z 2009 r., Nr 4, poz. 17).

- charakteryzuje zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu,
- umie zachować się w szkole po ogłoszeniu alarmu.

## 6. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc

Uczeń:

- uzasadnia znaczenie udzielania pierwszej pomocy,
- omawia zasady postępowania aseptycznego i bezpieczeństwa dla ratownika,
- wzywa odpowiednią pomoc,
- rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku,
- omawia zasady zabezpieczenia miejsca wypadku,
- wyjaśnia, jak należy udzielać pomocy w wypadku drogowym, podczas kąpieli, załamania lodu, porażenia prądem,
- omawia sposób wnoszenia poszkodowanego ze strefy zagrożenia,
- rozpoznaje stan przytomności, bada oddech i tętno,
- wyjaśnia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej,
- układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej,
- wykonuje samodzielnie resuscytację krążeniowo-oddechową,
- udziela pomocy osobie porażonej prądem,
- wyjaśnia, dlaczego duży krwotok i wstrząs pourazowy zagrażają życiu,
- tamuje krwotok za pomocą opatrunku,
- udziela pomocy przy złamaniach i zwichnięciach,
- udziela pomocy przy zatruciach: pokarmowych, lekami, gazami, środkami chemicznymi,
- omawia skutki działania niskiej i wysokiej temperatury na organizm ludzki,
- udziela pomocy osobie poszkodowanej przy oparzeniu termicznym i chemicznym.

### CZWARTY ETAP EDUKACYJNY – TYLKO ZAKRES PODSTAWOWY

#### ► Cele kształcenia – wymagania ogólne

##### I. Znajomość struktury obronnej państw

Uczeń rozróżnia struktury obronności państwa, rozumie ich rolę oraz zna formy spełniania powinności obronnych przez organy administracji i obywateli.

##### II. Przygotowanie do sytuacji zagrożeń

Uczeń zna zasady postępowania w przypadku wystąpienia zagrożenia życia, zdrowia lub mienia; zna zasady planowania i organizowania działań.

### III. Opanowanie zasad pierwszej pomocy

Uczeń umie udzielać pierwszej pomocy poszkodowanym w różnych stanach zagrażających życiu i zdrowiu.

#### 1. System obronności Rzeczypospolitej Polskiej. Powinności obronne władz samorządowych instytucji i obywateli.

Uczeń:

- wymienia i uzasadnia polityczne oraz militarne warunki gwarancji bezpieczeństwa państwa,
- wymienia obowiązki obywateli w zakresie powinności obronnych.

#### 2. Siły Zbrojne Rzeczypospolitej Polskiej

Uczeń:

- przedstawia i charakteryzuje organizacje Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej,
- wymienia rodzaje wojsk oraz służb w Siłach Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej.

#### 3. Ochrona ludności i obrona cywilna

Uczeń:

- wyjaśnia podstawowe zasady międzynarodowego prawa humanitarnego,
- identyfikuje obiekty opatrzone międzynarodowymi znakami ochrony zabytków,
- wymienia podstawowe środki ochrony ludności,
- wymienia sposoby i środki ochrony zwierząt,
- rozpoznaje rodzaje sygnałów alarmowych i zna obowiązki ludności po usłyszeniu alarmu,
- wskazuje drogi ewakuacji w szkole, omawia zasady ewakuacji ludności i środków materiałowych,
- potrafi ewakuować się z budynku w trybie alarmowym.

#### 4. Zagrożenia czasu pokoju, ich źródła, przeciwdziałanie ich powstaniu, zasady postępowania w przypadku ich wystąpienia i po ich ustąpieniu

Uczeń:

- wymienia zagrożenia czasu pokoju i wyjaśnia, na czym polegają,

- wyjaśnia, na czym polega właściwe postępowanie w momentach wystąpienia poszczególnych zagrożeń,
- wymienia i charakteryzuje źródła zagrożeń w najbliższym otoczeniu szkoły oraz domu,
- przedstawia zasady działania w przypadku zagrożeń czasu pokoju (np. awarii, katastrofy komunikacyjnej, budowlanej), podczas przebywania w domu, szkole, miejscu rekreacji, na trasie komunikacyjnej,
- wyjaśnia zasady postępowania związane z wyszukiwaniem i wynoszeniem ofiar oraz osób zagrożonych z rejonów porażenia,
- wskazuje sposoby zapobiegania panice podczas zagrożeń,
- uzasadnia konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas różnorodnych zagrożeń,
- omawia zasady postępowania podczas zagrożenia terrorystycznego.

#### **5. Zagrożenia występujące podczas wojny**

Uczeń:

- charakteryzuje środki rażenia,
- wymienia konwencjonalne rodzaje broni współczesnego pola walki,
- wyjaśnia, na czym polega właściwe postępowanie ludności w rejonach zagrożenia bronią konwencjonalną,
- wymienia i wyjaśnia zasady działania indywidualnych środków ochrony przed bronią konwencjonalną,
- wymienia zbiorowe środki ochrony przed bronią konwencjonalną,
- wyjaśnia znaczenie zastępczych budowli ochronnych,
- omawia zasady ewakuacji z terenów zagrożonych.

#### **6. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach (zachowanie ratownika)**

Uczeń:

- omawia zasady postępowania ratownika w miejscu wypadku,
- ocenia sytuację w miejscu wypadku,
- zabezpiecza miejsce wypadku i wzywa profesjonalną pomoc,
- omawia zasady zapewnienia bezpieczeństwa ratownikowi, poszkodowanemu i świadkom zdarzenia,
- wymienia środki przydatne przy udzielaniu pierwszej pomocy,
- ocenia stan poszkodowanego i demonstruje sposób skontrolowania jego funkcji życiowych,
- udziela pierwszej pomocy w przypadkach oparzeń, złamań i zwichnięć, krwotoków, dławienia się ciałem obcym, utraty przytomności, utraty od-



dechu, zatrzymania krążenia, wstrząsu pourazowego<sup>16</sup>.

Tab. 1. Kalendarz zmian programowych

Rok szkolny	Zreformowane nauczanie w klasach		
2011/2012	III Gimnazjum		
2012/2013	I Liceum Ogólnokształcącego	I Technikum	I Zasadniczej Szkoły Zawodowej

Źródło: Opracowanie własne

Tab. 2. Siatka godzin

Nazwa przedmiotu	III etap edukacyjny	IV etap edukacyjny	
		Zakres podstawowy	Zakres rozszerzony
Edukacja dla bezpieczeństwa	1 godz.	1 godz.	Np. obozy szkoleniowo-wypoczynkowe z w/w zakresu

Źródło: opracowanie własne.

## 5. Zalecane warunki i sposoby realizacji

W ramach przedmiotu „edukacja dla bezpieczeństwa” uczniowie odbywają przysposobienie obronne i zdobywają umiejętności z zakresu zachowania się w sytuacjach kryzysowych, z którymi mogą spotkać się z życia codziennym. Zadaniem nauczyciela jest wyrabianie u uczniów nawyków oraz opanowanie zasad działania ratowniczego, szczególnie z zakresu udzielania pierwszej pomocy podczas wypadku lub innych zagrożeń. Podczas zajęć edukacyjnych obejmujących ćwiczenia z zakresu udzielania pierwszej pomocy i ratownictwa w oddziałach liczących więcej niż 30 osób wskazany jest podział na grupy<sup>17</sup>.

W czasie wakacji letnich można by organizować specjalistyczne obozy szkoleniowo-wypoczynkowe z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa. Możliwa byłaby również współpraca z organizacjami pozarządowymi, np. PCK, w celu zdobycia uprawnień do udzielania pierwszej pomocy i doskonalenia nabytych umiejętności.

<sup>16</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. z 2009 r., Nr 4, poz. 17).

<sup>17</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 sierpnia 2009 r. w sprawie sposobu realizacji edukacji dla bezpieczeństwa (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1131).

Na IV etapie edukacyjnym, po zrealizowaniu treści nauczania z zakresu „ochrona ludności i obrona cywilna”, celowe jest sprawdzenie umiejętności uczniów w praktycznej ewakuacji z budynku szkoły<sup>18</sup>.

## 6. Nauczyciele edukacji dla bezpieczeństwa w trakcie zmian

Od kilku lat kontynuowana jest we wszystkich szkołach bardzo ważna praca na rzecz edukacji i wychowania młodego pokolenia na rzecz bezpieczeństwa. Podczas prac nad reformą uwzględniono postulaty różnych środowisk i stworzono nowy model kształcenia na rzecz bezpieczeństwa. Edukacja dla bezpieczeństwa stała się obowiązkowym przedmiotem nauczania w szkole gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej, natomiast w szkole podstawowej obowiązkowym obszarem nauczania w ramach innych przedmiotów. Pewne elementy edukacji dla bezpieczeństwa realizowane są w przedszkolu. W związku z tym wraz z końcem nauki przysposobienia obronnego w szkołach ponadgimnazjalnych w przeszłość odeszło tradycyjne pojmowanie bezpieczeństwa, często kojarzonego ze zdolnością do przeciwdziałania zagrożeniom zewnętrznym. Wdrażana obecnie koncepcja przedmiotu wyraża się natomiast w kompleksowym ujęciu zagadnień bezpieczeństwa, z przeniesieniem punktu ciężkości działań edukacyjnych na problematykę zagrożeń pokojowych i sposobów zachowań w sytuacjach zdarzeń o charakterze kryzysowym, które są możliwe w każdym czasie i miejscu.

Dotychczasowy sposób realizacji treści programowych z powszechnej samoobrony (ścieżki prozdrowotnej w szkole podstawowej i obronnej w gimnazjum) okazał się iluzoryczny, nieefektywny i przypadkowy. Po wprowadzeniu nowej podstawy programowej istnieje szansa zwiększenia umiejętności praktycznych, które mogą doprowadzić do powszechnego kształcenia umiejętności.

Nauczyciele powinni przy tym pamiętać o obowiązku uzupełniania kwalifikacji, wiążącym się ze zmieniającymi się co pięć lat wytycznymi Europejskiej Rady Resuscytacji. W związku z tym, zgodnie z odpowiednim rozporządzeniem MZ, istnieje potrzeba recertyfikacji przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy i okresowego ich prowadzenia.

### BIBLIOGRAFIA

- Boniek B., *Kto może uczyć przedmiotu edukacja dla bezpieczeństwa w: „Twoja nowa era”*, Warszawa 2012, s.40.
- Boniek B., Wojtaś B., *Program nauczania – Edukacja dla bezpieczeństwa – Ciekawi świata*, Gdynia, OPERON, 2012.

---

<sup>18</sup> Podstawa programowa..., s. 56–57.

- Podstawa programowa z komentarzami. Tom 8. Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum*, Warszawa, MEN.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. z 2009 r., Nr 4, poz. 17).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 sierpnia 2009 r. w sprawie sposobu realizacji edukacji dla bezpieczeństwa (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1131).
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy (Dz.U. z 2009 r., Nr 139, poz. 1132).
- [www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557](http://www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557)[www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557](http://www.kuratorium.gda.pl/index.php?c=186&d=557) [dostęp: 29.08.2016].
- Woynarowska B., *Edukacja zdrowotna i edukacja dla bezpieczeństwa w nowej podstawie programowej kształcenia ogólnego*, [www.kuratorium.bialystok.pl](http://www.kuratorium.bialystok.pl) [dostęp: 25.08.2016].

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Telefon alarmowy 112

### 2. Czas trwania zajęć:

45 minut (można również zrealizować przez 90 minut)

### 3. Cel główny:

- Uczeń zna zasady powiadamiania służb ratunkowych w przypadku wystąpienia zagrożenia życia i zdrowia.

### 4. Cele szczegółowe:

Uczeń:

- Zna sytuacje, w których należy dzwonić pod numer 112,
- Potrafi redagować zgłoszenia o niebezpiecznym zdarzeniu,
- Wskazuje zadania poszczególnych służb ratunkowych.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

Uczeń:

- Zna zadania poszczególnych służb ratunkowych,
- Wzywa odpowiednią pomoc (wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia życia i zdrowia, omawia zasady korzystania z połączeń alarmowych i sposoby powiadamiania służb ratunkowych),
- Przedstawia informacje dotyczące telefonu alarmowego 112, karty ICE.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Rozmowa dydaktyczna,
- Praca z tekstem,
- Burza mózgów,
- Ćwiczeniowa,
- Praca grupowa i indywidualna,
- Krzyżówka.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Tablica,
- Krzyżówka,
- Karty pracy.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	- Uczeń doskonali umiejętność słuchania, - dokonuje oceny sytuacji, - podejmuje decyzje, - uczeń poznaje informacje na temat numeru 112, ICE
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki do tablicy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel przedstawia cel zajęć, przekazuje informacje na temat numeru 112, jego funkcjonowania i sytuacji, kiedy należy z niego skorzystać. Opowiada również o ICE. /zał. nr 2/ Nauczyciel wskazuje przykładowe zdarzenia, kiedy nie należy dzwonić pod numer 112. /zał. nr 3/
Czynności uczestników	Uczniowie mogą usiąść w kręgu. Słuchają nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Uczniowie mogą usiąść w kręgu. Dyskusja może się odbyć w tym samym miejscu

Treści kształcenia	- Uczeń dokonuje oceny sytuacji, - Podejmuje decyzje, wzywa odpowiednią pomoc, - Omawia zasady korzystania z połączeń alarmowych i sposoby powiadamiania służb ratunkowych
Metody realizacji	Rozmowa dydaktyczna (dyskusja) oraz praca w grupach
Czas trwania	15 min
Materiały do zajęć	Tablica, tekst z opisem sytuacji /zał. nr 5/
Czynności prowadzącego	Nauczyciel omawia sposób prowadzenia rozmowy z dyspozytorem numeru 112 /zał. nr 4/. Uczniowie samodzielnie dobierają się w pary. Następnie prosi o przećwiczenie wezwania pomocy, dzwoniąc pod numer 112.
Czynności uczestników	Wyznaczają role. Nauczyciel decyduje, ile grup będzie pracowało realizując to zadanie. Jeden z uczniów jest dyspozytorem drugi – zgłaszającym
Uwagi realizacyjne	Należy wybrać kilka przykładów z /zał. nr 3/

Treści kształcenia	- Uczeń doskonali znajomość numeru 112 i zadań poszczególnych służb ratunkowych, - Podejmuje decyzje, - doskonali pracę w grupie
Czas trwania	10 min
Materiały do zajęć	karty pracy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom karty pracy i wyjaśnia, na czym polega zadanie. Uczniowie uzupełniają karty.

Treści kształcenia	- Uczeń doskonali znajomość numeru 112 i zadań poszczególnych służb ratunkowych - Podejmuje decyzje - Doskonali pracę w grupie - Podejmuje decyzje
Metody realizacji	Praca indywidualna
Czas trwania	10 min
Materiały do zajęć	Teksty z krzyżówką
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje krzyżówki /zał. nr 6/ Nauczyciel podsumowuje temat – istotne informacje dotyczące numeru 112
Czynności uczestników	Uczniowie rozwiązują krzyżówkę- odpowiedzi – zał. nr 7

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

Metody grupowe:

- ustalanie priorytetów,
- walizka.

### Załącznik nr 1

#### Numer 112

W sytuacjach kryzysowych liczy się każda sekunda. W przypadku, gdy czyjeś życie jest zagrożone, nie ma czasu na szukanie numeru telefonu alarmowego. Dlatego UE postanowiła wprowadzić wspólny dla wszystkich państw członkowskich numer alarmowy. Można pod niego zadzwonić zarówno w przypadku pożaru

domu w Szwecji, jak i w razie wypadku drogowego we Włoszech. Ogólnoeuropejski numer ratunkowy 112 został powołany do życia 29 lipca 1991 r. uchwałą Rady Europy. Dzwoniąc pod numer 112, zostaniemy połączeni z operatorem lokalnym, który albo sam przyjmie połączenie, albo przekieruje je do właściwych służb ratunkowych – Pogotowia Ratunkowego, Policji lub Straży Pożarnej. Połączenie z numerem 112 jest bezpłatne. Numer można wybrać z telefonu stacjonarnego, komórkowego lub z automatu telefonicznego. Zazwyczaj połączenie mogą również wykonywać osoby, którym skończył się kredyt w telefonie lub które znajdują się poza zasięgiem sieci. Wybranie numeru 112 nie wymaga odblokowania klawiatury telefonu komórkowego. Ponadto numer 112 można wybrać w telefonie nieposiadającym karty SIM.

Numer 112 działa poprawnie na terenie całego kraju. W Polsce połączenia alarmowe 112 są odbierane przez Straż Pożarną i Policję. Zachowane pozostają numery 997 - Policja, 998 - Straż Pożarna, 999 - Pogotowie Ratunkowe. Pod numer ratunkowy 112 należy dzwonić w przypadku nagłego zagrożenia życia lub zdrowia, niebezpieczeństwa, naruszenia własności prywatnej lub porządku publicznego. Szczególnie wtedy, kiedy potrzebna jest pomoc przynajmniej dwóch służb. Od 1 września 2005 r. na terenie całej Polski funkcjonuje dodatkowy numer alarmowy 112 dla połączeń z telefonów stacjonarnych. Dotychczas w Polsce numer ten dostępny był wyłącznie dla sieci komórkowych i działał w ramach struktur policji. Wszystkie połączenia z numeru 112 z telefonów stacjonarnych trafiają do Straży Pożarnej. Osoba dzwoniąca na numer alarmowy „112” bez potrzeby i uzasadnienia, blokuje linię telefoniczną. W tej samej chwili ktoś inny może potrzebować natychmiastowej pomocy, a nie może połączyć się z operatorem. Pod numer 112 należy dzwonić jedynie w sytuacji, gdy nie jesteśmy w stanie dokładnie zidentyfikować rodzaju zagrożenia, gdy nie jesteśmy zdecydowani, którą służbę ratowniczą mamy zaalarmować. W takim przypadku sprawą interpretacji zajmie się przyjmujący zgłoszenie dyspozytor i w odpowiedni sposób pokieruje dalszym połączeniem lub też samodzielnie przyjmie informację oraz zapewni pomoc. W pierwszej kolejności należy korzystać z dotychczasowych telefonów alarmowych przypisanych bezpośrednio poszczególnym służbom:

- 997 – Policja
- 998 – Straż Pożarna
- 999 – Pogotowie Ratunkowe

W przypadkach fałszywych alarmów zgłaszanych pod numer 112 wyciągane będą konsekwencje karne. W celu wyeliminowania takich przypadków połączenia posiadają możliwość pełnej identyfikacji rozmówcy (nie tylko jego numeru, ale jednocześnie adresu i danych właściciela telefonu, z którego połączenie jest dokonywane – również numery zastrzeżone). Ponadto wszystkie połączenia są w całości rejestrowane i archiwizowane.

## ICE

Karta lub numer ICE (ang. In Case of Emergency, w języku polskim w nagłym wypadku) zawiera imię i nazwisko właściciela oraz numery telefonów do 3 osób, które należy powiadomić w razie wypadku.

- w książce adresowej telefonu komórkowego - jako kontakt „ICE” wpisuje się numer telefonu wybranej osoby. Jeśli takich osób jest kilka, to oznacza się je hasłami „ICE1”, „ICE2” itd.
- na karcie „ICE” wpisuje się imię, nazwisko i numer kontaktowy najbliższych osób. Kartę powinno się nosić cały czas przy sobie.
- zapisane na karcie numery telefonów pozwalają służbom ratunkowym na szybki kontakt z bliskimi osoby poszkodowanej. Pomaga to również ustalić tożsamość poszkodowanego i stan zdrowia (np. choroby, przebyte urazy lub leki, które zażywa).

### Załącznik nr 2

Po wybraniu numeru 112:

- Przedstaw się, wskaż miejsce zdarzenia (jeżeli to możliwe podaj dokładny adres), gdzie służby ratownicze mają przyjechać opisz sytuację, która się wydarzyła oraz wskaż liczbę osób poszkodowanych lub znajdujących się w niebezpieczeństwie.
- Odpowiadaj na wszystkie pytania dyspozytora. Pozwoli to na szybkie wysłanie odpowiednich służb ratowniczych na miejsce zdarzenia.
- Nigdy nie rozłączaj się pierwszy, pozwól dyspozytorowi zakończyć rozmowę.
- Staraj się aby twój telefon nie był używany w trakcie oczekiwania na przyjazd służb ratowniczych. Dyspozytor może się z Tobą skontaktować w celu uzyskania dodatkowych informacji.
- Poinformuj ponownie dyspozytora , jeżeli sytuacja na miejscu zdarzenia ulegnie zmianie (pogorszy lub się polepszy).

### Załącznik nr 3

Przykładowe sytuacje:

- W budynku niedaleko szkoły wybuchł pożar, przebywa w nim 7 osób.
- Jesteś z rodzicami na wakacjach za granicą. Zauważyłeś, że do mieszkania ktoś się włamuje.
- Starszy pan na spacerze w parku chwycił się za klatkę piersiową i upadł. Pies broni dostępu do swojego właściciela.
- Otrzymałeś podejrzaną przesyłkę.



#### Załącznik nr 4

Wskazówki:

Pod numer ratunkowy 112 należy dzwonić w przypadku zagrożenia życia lub zdrowia, niebezpieczeństwa, naruszenia własności prywatnej lub porządku publicznego. Szczególnie wtedy, kiedy potrzebna jest pomoc przynajmniej dwóch służb.

Sytuacje, w których pomoc ze strony służb ratowniczych jest potrzebna:

- Pożar,
- ludzie zostali uwięzieni w rozbitym pojeździe, budynku, windzie
- ktoś zamierza ukraść samochód,
- jest niszczona prywatna własność,
- wypadek drogowy,
- zauważyłeś osobę poszukiwaną przez policję,
- ty lub ktoś w pobliżu jest ofiarą przemocy,
- zauważyłeś podejrzenie wyglądający przedmiot, np. wyglądający jak bomba,
- zauważyłeś leżącą na ziemi osobę, która jest nieprzytomna,
- ty lub ktoś w pobliżu jest ranny i krwawi tak mocno, że nie potraficie zatamować krwotoku samodzielnie,
- zauważyłeś osobę, która ma problem z oddychaniem,
- doszło do porażoną prądem elektrycznym lub piorunem.

Sytuacje w których nie powinno się dzwonić pod numer alarmowy 112:

- poinformowanie o zdarzeniu, które nie miało miejsca,
- w celu sprawdzenia czy numer 112 naprawdę działa,
- kiedy chcemy zamówić posiłek,
- ktoś chce wezwać lekarza rodzinnego na wizytę domową,
- chcesz dowiedzieć się, jaki jest rozkład jazdy autobusów,
- chcemy połączyć się z numerem znajomego, a nie mamy jednostek na koncie,
- poszukujemy adresu jakiej osoby lub organizacji,
- kolega ma atak duszności.

#### Załącznik nr 5

Wpisz właściwe służby ratunkowe, które należy wezwać do określonego zdarzenia i uzupełnij puste kratki z numerem telefonu.

1. **Twój sąsiad skarży się na silny, piekący i promieniujący ból w klatce piersiowej. Jest błądy, odczuwa lęk.**

Służby ratunkowe .....

Numer

2. **Twój kolega skarży się na nasilającą duszność. Nie ma przy sobie żadnych leków.**

Służby ratunkowe .....

Numer

3. **Na trasie Bydgoszcz – Toruń doszło do zderzenia cysterny z samochodem osobowym. 2 osoby są ranne.**

Służby ratunkowe .....

Numer

4. **Jesteś świadkiem kradzieży samochodu swojego sąsiada. Napastnik ma broń.**

Służby ratunkowe .....

Numer

5. **Jesteś świadkiem pożaru opuszczonego domu.**

Służby ratunkowe .....

Numer

6. **Doszło do napadu na sklep. Napastnicy strzelali do sprzedawców. 2 osoby są ranne.**

Służby ratunkowe .....

Numer

**7. Ktoś podbiegł i ukradł komórkę Twojemu znajomemu.**

Służby ratunkowe .....

Numer

**8. W wieżowcu ulatnia się gaz z niesprawnej instalacji.**

Służby ratunkowe .....

Numer

**9. Opisz swoje zachowanie w sytuacji, gdy numer alarmowy jest zajęty lub nikt nie odbiera.**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## EFEKTYWNA WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI, WARUNKIEM BEZPIECZNEJ I PRZYJAZNEJ SZKOŁY<sup>1</sup>

Szkoła XXI wieku funkcjonuje w układzie, w którym rodzina coraz częściej zaniedbuje swą funkcję wychowawczą. Dzieci i młodzież wymagają coraz większej ilości działań wychowujących, gdyż zasób wynoszonych z domu wartości, postaw i zachowań zawiera coraz więcej wzorców społecznie niepożądanych. W przeszłości, gdy wzorce społeczne były wyraziste, hierarchia wartości jednolita i powszechnie akceptowana, rola szkoły była dużo prostsza. Zachowania odbiegające od przyjętej normy społecznej szkoła po prostu restrykcyjnie tępiła. Dzisiejsza szkoła musi stworzyć system komunikacji między uczestnikami życia szkolnego, do którego należą główni klienci szkoły – rodzice, ich dzieci i nauczyciele.

Dzieci i młodzież sprawiające problemy wychowawcze to poważny problem współczesnej szkoły i rodziny. Między tymi dwoma środowiskami musi powstać wzajemna relacja, która korzystnie wpłynie na rozwój młodego pokolenia. W ostatnich latach nastąpił kryzys wychowania w rodzinie i znaczny spadek autorytetu rodziców. Coraz częściej słyszy się o bezradności rodziców wobec problemów swoich dzieci. Sami próbują poradzić sobie z zaistniałym problemem, a jeżeli już proszą wychowawcę o pomoc, nie zawsze umieją lub chcą ją wykorzystać. Wielu rodziców stawia ogólne tezy, że dziecko sprawia problemy wychowawcze, niewielu natomiast szuka realnej przyczyny tych zachowań. Rozwiązanie problemu często wymaga samokrytycyzmu własnej osoby i podjęcia skutecznej edukacji w rodzinie oraz współpracy z pedagogami, którzy odpowiadają za wychowanie dzieci poza środowiskiem domowym.

Nikt nie ma wątpliwości, że dla rozwoju człowieka ważna jest rodzina. Im sprawniej działa, tym silniejsze i spójne wewnętrznie osoby w niej wyrastają. Naprzeciw rodzicom wychodzi szkoła, która w ramach pedagogizacji dostarcza im wskazań pedagogicznych dotyczących tego, jak radzić sobie z trudnościami.

<sup>1</sup> Artykuł opublikowany został jako rozdział w monografii: ZIÓLKOWSKI P., *Pedagogizacja rodziców – potrzeby i uwarunkowania*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2016, s. 157-184.

## **Relacje rodzic – szkoła w ujęciu polskiego prawa oświatowego**

Status prawny rodzica określają liczne akty prawne o zasięgu europejskim lub globalnym. Polska z racji swych związków ze Wspólnotą Europejską i przynależności do ONZ honoruje m. in.:

- Powszechną Deklarację Praw Człowieka z 10 grudnia 1948 roku,
- Europejską Konwencję o Ochronie Praw Człowieka i Podstawowych Wolności z 4 listopada 1950 roku,
- Deklarację Praw Dziecka ONZ z 1959 roku,
- Uchwałę Parlamentu Europejskiego o Wolności Wychowania we Wspólnocie Europejskiej z dnia 14 marca 1984 roku,
- Konwencję o Prawach Dziecka ONZ z 30 listopada 1989 roku.

Wśród aktów prawnych wewnętrznych (w Polsce), które stanowią o rodzicach wymienić można m.in.:

- Konstytucję Rzeczypospolitej Polskiej,
- Ustawę: Kodeks rodzinny i opiekuńczy z 25 lutego 1964 roku,
- Ustawę o systemie oświaty z 7 września 1991 roku.

### ***Konwencja o Prawach Dziecka***

Art. 18

1. Państwa-Strony podejmą wszelkie możliwe starania dla pełnego uznania zasady, że oboje rodzice ponoszą wspólną odpowiedzialność za wychowanie i rozwój dziecka. Rodzice lub w określonych przypadkach opiekunowie prawni ponoszą główną odpowiedzialność za wychowanie i rozwój dziecka ma być przedmiotem ich największej troski.
2. W celu zagwarantowania i popierania praw zawartych w niniejszej konwencji Państwa-Strony będą okazywały odpowiednią pomoc rodzicom oraz opiekunom prawnym w wykonywaniu przez nich obowiązków związanych z wychowaniem dzieci oraz zapewnią rozwój instytucji, zakładów i usług w zakresie opieki nad dziećmi.
3. Państwa-Strony będą podejmowały wszelkie właściwe kroki dla zapewnienia dzieciom pracujących rodziców prawa do korzystania z usług instytucji i zakładów w zakresie opieki nad dziećmi, do których są one uprawnione.

### ***Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej***

#### Art. 48

1. Rodzice mają prawo do wychowania dzieci zgodnie z własnymi przekonaniem. Wychowanie to powinno uwzględniać stopień dojrzałości dziecka, a także wolność jego sumienia i wyznania oraz jego przekonania.

#### Art. 53

3. Rodzice mają prawo do zapewnienia dzieciom wychowania i nauczania moralnego i religijnego zgodnie ze swoimi przekonaniem. Przepis art. 48 ust. 1 stosuje się odpowiednio.

#### Art. 72

4. Rzeczpospolita Polska zapewnia ochronę praw dziecka. Każdy ma prawo żądać od organów władzy publicznej ochrony dziecka przed przemocą, okrucieństwem, wyzyskiem i demoralizacją.

### ***Ustawa z dnia 7 września 1991 roku o systemie oświaty***

#### Art. 18

1. Rodzice dziecka podlegającego obowiązkowi szkolnemu są obowiązani do:
  - 1) dopełnienia czynności związanych ze zgłoszeniem dziecka do szkoły;
  - 2) zapewnienia regularnego uczęszczania dziecka na zajęcia szkolne;
  - 3) zapewnienia dziecku warunków umożliwiających przygotowywanie się do zajęć;
  - 4) informowania, w terminie do dnia 30 września każdego roku, dyrektora szkoły podstawowej lub gimnazjum, w obwodzie których dziecko mieszka, o realizacji obowiązku szkolnego spełnianego w sposób określony w art. 16 ust. 5b.

Ustawa o systemie oświaty daje rodzicom prawo do:

- udziału przedstawiciela rodziców w komisji konkursowej wybierającej dyrektora szkoły (art. 36a ust. 5 pkt 2)
- posiadania swoich przedstawicieli w krajowych, wojewódzkich i lokalnych radach oświatowych (art. 45–49)
- wyboru swoich przedstawicieli do składu rady szkoły (art. 51).

## Szkoła jako środowisko wychowawcze

Gdy krąg społecznych doświadczeń dziecka rozszerza się poza rodzinę, wówczas zaczyna utożsamiać się ono z innymi osobami spoza bliskiego otoczenia. Szkoła jest drugim obok rodziny środowiskiem wychowawczym, który wywiera wpływ na dziecko.

Sam wyraz „szkoła” pochodzi z języka greckiego (*schola*). Wincenty Okoń definiuje szkołę jako „instytucję oświatowo-wychowawczą zajmującą się kształceniem i wychowaniem dzieci, młodzieży i dorosłych, stosownie do przyjętych w danym społeczeństwie celów i zadań oraz koncepcji oświatowo-wychowawczych i programów; osiąganiu tych celów służy odpowiednio wykształcona kadra pedagogiczna, nadzór oświatowy, baza lokalowa i wyposażenie oraz zabezpieczenie budżetowe ze skarbu państwa, samorządów lokalnych lub innych źródeł”<sup>2</sup>.

W momencie przekroczenia szkoły dziecko wnosi do niej część środowiska, w którym funkcjonuje, spędza w niej czas i to ona dostarcza mu wielu przeżyć, wzbogaca o nowe doświadczenia. Młodzież uczestnicząc w różnych dziedzinach życia szkolnego, przygotowuje się do czynnego uczestnictwa w życiu społecznym. Działalność szkoły przebiega na dwóch płaszczyznach: dydaktycznym i wychowawczym przy udziale profesjonalnie przygotowanych pedagogów. Każdą taką placówkę tworzy jej kierownictwo, uczniowie, zespół pedagogiczny, wychowawcy, instruktorzy. Organy szkoły, tj. dyrektor, rada pedagogiczna, rada szkoły, samorząd uczniowski, rada rodziców, działają zgodnie z warunkami określonymi w statucie szkoły oraz w myśl ustawy o systemie oświaty.

Szkoła jako instytucja ma szereg zadań wobec ucznia, dookreślonych m.in. w licznych przepisach prawa oświatowego (Ustawa o systemie oświaty, Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej). W myśl zapisów obowiązujących aktów prawnych, szkoła umożliwia uczniowi:

- poznanie i rozumienie świata oraz jego kultury,
- ujawnienie zainteresowań i uzdolnień,
- rozumienie siebie, innych ludzi, ich poglądów,
- poszukiwanie duchowych wartości życia oraz kształtowanie i ocenę własnej wartości, rozwijanie potrzeby doskonalenia się,
- przygotowanie do odpowiedzialnego współtworzenia świata i odnajdywania w nim własnego miejsca; samoidentyfikację narodową i kulturową,
- kształtowanie postaw patriotycznych, poczucia przynależności do społeczności lokalnej, grupy etnicznej, narodu, społeczności międzynarodowej,
- zdobycie wykształcenia.

---

<sup>2</sup> OKOŃ W., *Słownik pedagogiczny*, wyd. Żak, Warszawa 1992, s. 201.



Szkoła zapewnia:

- opiekę, przyjazne, bezpieczne i korzystne dla zdrowia ucznia warunki edukacji;
- poszanowanie praw ucznia;
- warunki prawidłowego rozwoju psychofizycznego.

Szkoła wspiera:

- rozwój osobowości w zgodzie z własnym systemem wartości, który respektując prawa innych, wartości uniwersalne i przyjęte normy, daje możliwości samorealizacji;
- aktywność poznawczą i twórczą;
- rozwój wrażliwości emocjonalnej i wyobraźni społecznej;
- samowychowanie, samokształcenie i kierowanie własnym rozwojem;
- prospołeczne i prozdrowotne działania ucznia.

W polskim prawie oświatowym możemy spotkać się z prawami i obowiązkami zarówno po stronie pedagogów i dyrekcji, jak również uczniów i ich rodziny. Wyznaczają one uczniom i nauczycielom niezbędne granice, bez których nie byłoby możliwości efektywnej pracy. Szkoła zdaje sobie sprawę, że posiada odpowiednie środki do tego, by pedagogizować i dostrzega ich dobrodziejstwo.

### **Współdziałanie rodziny i szkoły w procesie nauczania i wychowania**

Dziecko w wieku szkolnym podlega głównie wpływom dwóch środowisk wychowawczych, jakimi są rodzina i szkoła. Na etapie rozwoju i kształcenia, wyznaczania granic i modelowania osobowości ważne jest, by zbudować wspólny jednolity kierunek działań wychowawczych.

Głównym zadaniem szkoły w Polsce jest przygotowanie dzieci i młodzieży do pracy i życia w społeczeństwie. Cel ten można osiągnąć tylko na drodze ścisłej współpracy szkoły z domem rodzinnym. Szkoła i rodzina powinny nie tylko wiedzieć, w jakim zakresie może przejawiać się ich współpraca, ale również, jak ją można realizować dla ogólnego dobra dziecka. Dobrze wychowane dzieci będą szczęściem naszej starości, źle wychowane – przyczyną naszej późniejszej niedoli, łez i poczucia winy w stosunku do innych ludzi i kraju. Chyba wszyscy rodzice pragną być dumni ze swoich dzieci, pragną cieszyć się z ich dobrych postępów w szkole oraz poprawnego zachowania na lekcjach, w domu, na ulicy. Zdarza się jednak, że dzieci sprawiają rodzicom i nauczycielom poważne trudności wychowawcze, przysparzając wiele trosk i kłopotów – są nieposłuszne, nie respektują

poleceń matki i ojca, do starszych osób odnoszą się opryskliwie, w szkole osiągają słabe wyniki w nauce itp. Przyczyn takiego stanu rzeczy jest wiele. Jedną z nich jest nieumiejętne postępowanie rodziców z dziećmi. Wypowiedzi niektórych rodziców, zmierzające do przerzucenia pełnej odpowiedzialności za wychowanie dzieci na szkołę, są z gruntu fałszywe. Wychowanie daje dobre wyniki wtedy, kiedy zarówno nauczyciele, jak i rodzice wspólnie dbają o dziecko, a ich zabiegi wychowawcze oparte są na wzajemnym zaufaniu i porozumieniu. Podstawą autorytetu rodziców w oczach dzieci jest duże poczucie odpowiedzialności za wychowanie. Zdarzają się wypadki, że zachowanie się rodziców wobec sąsiadów, krewnych, znajomych jest wysoko niewłaściwe. Dziecko, które widzi złe postępowanie ojca czy matki, słyszy kłótnie, przestaje szanować najbliższych i być im posłuszne. Tacy rodzice tracą w oczach dzieci autorytet, a chcąc go odzyskać, popełniają wiele błędów wychowawczych. Dążąc do tego, aby dzieci były posłuszne, osiągają autorytet oparty często na niewłaściwych założeniach. Podstawą autorytetu rodzicielskiego może być jedynie życie i praca rodziców, ich postawa obywatelska, ich postępowanie. Jeżeli rodzice wykonują swoje czynności uczciwie, rozumnie i jeżeli stawiają sobie wielkie i piękne cele oraz zdają sobie sprawę ze swojego postępowania, to wówczas posiadają prawdziwy autorytet. Praca ojca czy matki powinna przedstawiać się oczom dziecka jako poważna i godna szacunku. Autorytet będą mieli tylko ci rodzice, którzy dzieciom imponują, którzy budzą w nich szacunek dla własnej pracy, dla własnej postawy moralnej. Dzieci szczą się wyglądem rodziców, ich zachowaniem czy też szacunkiem, jakim otaczają ich ojca lub matkę sąsiedzi i rodzice kolegów. Rodzice powinni występować wobec swoich dzieci nie tylko jako pracownicy na ograniczonym odcinku swego zespołu, ale również jako ci, którym znane są wydarzenia polityczne z kraju i ze świata, którym znana jest literatura, najnowsza technika. Obywatelska postawa rodziców imponuje dziecku. Właśnie tacy rodzice cieszą się zawsze dużym autorytetem.

By zapewnić sobie jak najpełniejszy autorytet, trzeba przede wszystkim wiedzieć, czym żyje i interesuje się dziecko, co lubi, czego nie chce, jak się bawi, co czyta, jaki jest jego stosunek do szkoły, do nauczycieli, jakie ma trudności, jak zachowuje się w klasie, wśród rówieśników itd. Dzieci lubią, gdy rodzice znają ich życie; szanują ich za to. Autorytet oparty na znajomości życia dziecka prowadzi do autorytetu pomocy.

W życiu każdego dziecka zdarzają się wypadki, kiedy nie wie ono, jak trzeba postąpić i wtedy potrzebuje rady i pomocy. Być może nie będzie umiało poprosić o to rodziców, sami rodzice wówczas powinni mu przyjść z pomocą. Może to być bezpośrednia rada, nieraz żart, polecenie, a może i rozkaz. Gdy rodzice znają swoje dziecko, wiedzą jak mają postąpić. Nieraz trzeba tę pomoc okazać w jakiś specjalny sposób – może to być udział w zabawie dzieci, zaznajomienie się z kolegami dziecka, rozmowa przeprowadzona ze starszym rodzeństwem itp. Pomoc dla dziecka nie powinna być jednak natrętna. Należy zostawić mu zawsze samodziel-

ność w wybrnięciu z trudności czy pokonaniu przeszkód. Trzeba jednak obserwować dziecko, jak ono przystępuje do rozwiązywania skomplikowanych sytuacji, by w koniecznej potrzebie, gdy jest bez wyjścia, a nawet wpada w rozpacz, podać pomocną dłoń. Niekiedy dobrze jest, gdy dziecko czuje i widzi skupioną nad sobą uwagę rodziców, ale jednocześnie zdaje sobie sprawę, że rodzice od niego żądają pracy i nie mają zamiaru za nie wykonać zajęcia ani zdjąć z niego odpowiedzialności.

Zasada odpowiedzialności jest ważną podstawą autorytetu rodzicielskiego. Dziecko winno zdawać sobie sprawę, że kierowanie nim jest poważnym zadaniem rodziców, za które rodzice są odpowiedzialni przed całym społeczeństwem. To poczucie odpowiedzialności jest podstawą nie tylko pomocy, ale i wymagań. Niekiedy wymagania te powinny być wyrażone w najbardziej stanowczej formie, która nie dopuszcza sprzeciwu. Należy jednak pamiętać, że stawianie wymagań wtedy przyniesie pożytek, gdy autorytet odpowiedzialności mocno tkwi w świadomości dziecka.

Współczesna rzeczywistość edukacyjna przekonuje o potrzebie pogłębionej refleksji nad rolą szkoły i rodziny w procesie wychowania i rozwoju młodego człowieka. Rodzina i szkoła to bowiem dwa najważniejsze środowiska wychowawcze dziecka, mające decydujący wpływ na prawidłowy jego rozwój i funkcjonowanie w społeczeństwie. Współdziałanie tych dwóch instytucji jest jednym z istotnych czynników prawidłowego procesu wychowawczego. Wpływa zarówno na kształtowanie osobowości dzieci, ich zachowanie, jak i postępy w nauce. Daje również szanse ciągłego doskonalenia rodziców i nauczycieli jako wychowawców odpowiedzialnych za wielostronny rozwój dzieci i młodzieży. Efektywność pracy wychowawczej zależy w dużej mierze od systematyczności, form i metod współdziałania. Współpraca ta zwykle jest rozumiana jako wykonywanie wspólnych działań służących dobru nie tylko pojedynczego dziecka, ale także ogółu klasy<sup>3</sup>.

Rodzina stoi na początku drogi rozwoju każdego człowieka. To pierwsze i najważniejsze środowisko odgrywające największą rolę w rozwoju osobowości dziecka. Szkoła pojawia się później, a trafiające do niej dziecko ma już ukształtowane zręby osobowości. Rodzina przekazuje wartości społeczne, uczy miłości i szacunku do drugiego człowieka. W niej dziecko zdobywa przyszłą umiejętność życia w społeczeństwie i wiedzę o otaczającym je świecie. Rodzina może popełnić też wiele błędów wychowawczych. Brak konsekwencji w postępowaniu z dzieckiem, nadmierna pobłażliwość oraz nastawienie na konsumpcyjny styl życia to błędy, które zauważane są przez nauczycieli i niestety nie zawsze dostrzegane przez rodziców. Najlepsza praca wychowawcza szkoły nie zastąpi domu rodzinnego<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup> KOSIŃSKA E., *Wychowanie przez integrację*, [w] „Wychowawca”, nr 1/2000, s. 12-13.

<sup>4</sup> OLEARCZYK T.E., *Rodzina i szkoła*, [w] „Wychowawca”, nr 3/2000, s. 16-17.

Szkoła, przejmując dziecko, ma za zadanie rozszerzyć kapitał rodzicielski o wymiar intelektualny. Ma także pogłębić kulturę rodzinną o wymiar społeczny. Wychowanie w szkole winno współbrzmieć z wychowaniem rodzinnym. Szczególnie wartościową rzeczą jest, gdy pomiędzy rodziną a szkołą istnieje współpraca, uzupełnianie się, a nie rywalizacja. Wzajemne współdziałanie i pomoc mogą pozwolić na uniknięcie wielu trudności wychowawczych, a niekiedy nawet tragedii.

Szkoła jako instytucja społecznego kształcenia i wychowania powinna zapewnić każdemu młodemu człowiekowi odpowiednie warunki dla jego prawidłowego rozwoju i w pełni przygotować go do wypełniania obowiązków rodzinnych i obywatelskich. W każdej szkole trwa nieustająca „lekcja wychowania”, porównywania rzeczywistości do ideałów, programów i celów edukacyjnych, a także życia szkolnego do życia realnego. Szkoła stwarza uczniom okazje do wzajemnego poznania się, daje możliwość nawiązania nowych kontaktów. Jednostka zdobywa doświadczenie społeczne, konfrontuje własne poglądy z wartościami innych, przez co uczy się nowych zachowań. Dziecko przez kontakt z drugim człowiekiem kształtuje swoją osobowość i w ten sposób dokonuje się jego prawdziwy rozwój<sup>5</sup>.

Szkoła jest miejscem, w którym dokonuje się dzieła wychowania i w którym obecny jest trud wzrastania nie tylko uczniów, ale także rodziców i nauczycieli. To nauczyciele są świadkami zmienności okresów rozwojowych zachodzących w uczniach. Bez wychowania w domu, na którym bazuje szkoła, nie byłoby możliwości podjęcia procesu samowychowania, który jest procesem wtórnym. W wychowaniu szkolnym rzeczą ważną jest wyraźne określenie praw i obowiązków ucznia. Wdrażanie do odpowiedzialności za swoje działanie, za organizację życia społecznego szkoły czy klasy jest wprowadzaniem w uspołecznienie młodego pokolenia. Wychowanie do podejmowania obowiązków jest zadaniem zarówno domu, jak i szkoły<sup>6</sup>.

W placówkach działają aktywnie rady rodziców i rady szkół. Skupiają one tych rodziców, którym dobro szkoły kojarzy się z wysokim poziomem kształcenia, atrakcyjnym programem wychowawczym. Działalność tych uspołecznionych ciał wspomagających szkołę nabiera coraz większego znaczenia w procesie uspołeczniania szkół, w którym rodzic jako petent wciela się w rolę współodpowiedzialnego za proces wychowania swojego dziecka i proces przygotowania go do przyszłego dorosłego życia.

Szkoła powinna pomagać rodzicom i dlatego jest zobowiązana do ścisłej i dobrej współpracy z nimi. Rolą szkoły jest lepsze poznanie swoich uczniów i ich środowisk rodzinnych, by uzupełnić ewentualne braki wychowawcze rodziny. Dla prawidłowego rozwoju dziecka potrzebne jest współbrzmienie domu i szkoły

---

<sup>5</sup> BANACH C., *Polska szkoła i system edukacji*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 1995, s. 97.

<sup>6</sup> OLEARCZYK T.E., op. cit., s. 16–17.

w zakresie wskazywania zasad, norm i wartości. Szczególnie dotyczy to uczniów „trudnych”, którym musi pomóc zarówno rodzic, jak i nauczyciel.

W dzisiejszych czasach proces wychowania młodego człowieka jest szczególnie skomplikowany. Wymaga od rodziców i nauczycieli wielkiej pracy i odpowiedzialności. Szkoła jest miejscem, gdzie zachodzą relacje między nauczycielami i uczniami, ale także miejscem spotkań i oddziaływań nauczycieli i rodziców. To miejsce, w którym podejmowany jest trud wychowania. Rodzice i nauczyciele winni zdawać sobie sprawę, iż wychowanie nie jest sprawą prywatną, lecz ma wymiar społeczny. Od tego, czy na płaszczyźnie nauczyciele – rodzice występuje zbieżność celów wychowania, zależy, jakie będą jego efekty. Cele domu i szkoły mogą być zbieżne wtedy, kiedy istnieje dobra współpraca między szkołą i rodziną oraz okazywanie wzajemnego szacunku domu i szkoły<sup>7</sup>.

Zadaniem szkoły jest zastosowanie takich strategii, które pozwolą przerwać negatywne nastawienie rodziców do nauczycieli i do współpracy ze szkołą oraz nauczycieli do uczniów. Mają one uświadomić rodzicom, że szkoła proponuje faktyczną współpracę i liczy się z ich zdaniem. Należy dążyć do tego, aby rodzic nie był w szkole tylko petentem, który zebranie i rozmowę z nauczycielem lub dyrektorem traktuje jako przykrą konieczność. Nauczyciele powinni być zawsze otwarci na potrzeby rodziców i odwoływać się do ich pomocy w rozwiązywaniu problemów szkoły. Zarówno szkoła, jak i rodzina przeanalizować powinna popełniane błędy i stopniowo je eliminować – obie strony są bowiem wspólnie odpowiedzialne za wychowanie dziecka.

Model współczesnej szkoły lansuje wzór nauczyciela otwartego i dobrego psychologa, który służy swoją wiedzą i umiejętnościami wszystkim uczniom. Stymuluje ich rozwój oraz inspiruje do pracy twórczej. Nauczyciel taki musi umieć uczyć innowacyjnie, sprawować nie tylko funkcję kształcącą, lecz również opiekuńczą. Ważne jest, aby nauczyciel uświadomił sobie, że odgrywa bardzo ważną rolę w życiu swoich uczniów. Pozytywne kontakty z uczniami stymuluje zachowanie nauczyciela, który systematycznie buduje atmosferę życzliwości, szacunku i ciepła, jest bacnym obserwatorem swoich podopiecznych wrażliwym na ich sukcesy i porażki. Nauczyciel powinien czuć swą odpowiedzialność za los ucznia i nie uchylać się wykrętami od tej odpowiedzialności. Prawidłowe oddziaływanie pedagogiczne opiera się przede wszystkim na poszanowaniu ucznia. Kto nie potrafi autentycznie szanować dziecka, interesować się jego losem, nie będzie nigdy skutecznym wychowawcą, choćby miał setki innych przymiotów<sup>8</sup>. Potwierdzają to słowa Ewy Kosińskiej: „Nie ulega jednak wątpliwości, iż w dziedzinie wychowania społeczeństwo nie zaspokoi swoich potrzeb za pośrednictwem pojedynczej in-

---

<sup>7</sup> PAWELCZYK L., *Prawdy i fikcje w polskiej oświacie*, [w] „Nowa Szkoła”, nr 3/2000, s. 5–6.

<sup>8</sup> KOŚĆ I., *Funkcja opiekuńcza szkoły wobec potrzeb dziecka*, [w] *Opieka i wychowanie*, KĘPSKI C. (red.), Lublin 1998, s. 185.

stytucji oświatowej, działającej w izolacji i osamotnieniu. Nauczaniu nie nada się charakteru wychowującego, jeżeli nie zaistnieje dobrze pojęta współpraca szkoły z rodziną, placówkami wychowania pozaszkolnego, Kościołem, policją, radami osiedli czy gmin, jeżeli nie będą odbudowane demokratyczne struktury w funkcjonowaniu samej szkoły i wreszcie gdy zabraknie autentycznego zainteresowania samych nauczycieli”<sup>9</sup>.

Możliwość współdziałania szkoły z rodzicami wymaga uwzględnienia pewnych warunków, od których zależy skuteczność i zakres tej współpracy. Zdzisław Sargialis, mówiąc o współpracy szkoły z rodzicami w zakresie wychowania i opieki, zwraca uwagę na następujące warunki:

- Podstawowym warunkiem jest rozwijanie i utrzymanie częstych kontaktów szkoły z rodzicami.
- Włączenie rodziców do realizacji zadań całościowych związanych z realizacją programowych zadań opiekuńczo-wychowawczych. A nie jednostkowych i doraźnych. Inicjatywa winna wyjść ze szkoły.
- Wytworzenie klimatu satysfakcjonowania rodziców z faktu ich uczestnictwa w pracy szkoły.
- Skuteczność współpracy szkoły z rodzicami zależy też od warunków organizacyjno-materialnych, jakie należy stworzyć podczas różnego rodzaju spotkań.

Z kolei Bolesław Huras uzależnia warunki współpracy szkoły z rodzicami od:

- formy zaproszeń na zebrania,
- dobrego samopoczucia rodziców w trakcie zebrania,
- poruszania na zebraniach klasowych problemów dotyczących całej klasy, a nie przypadków indywidualnych,
- wyróżnienia rodziców działających dla dobra szkoły czy też na rzecz klasy.

Warunki współdziałania rodziców i nauczycieli są o tyle istotne, że z właściwie zorganizowanej współpracy tych grup wynikają ważne korzyści. Mieczysław Łobocki wymienia następujące:

- lepsze poznanie i rozumienie uczniów przez nauczycieli i rodziców,
- przewartościowanie wzajemnych postaw,
- uzgadnianie działań wychowawczych,
- udzielanie sobie wzajemnej pomocy,
- stwarzanie właściwej atmosfery wychowawczej w szkole i domu.

---

<sup>9</sup> KOSIŃSKA E. op. cit., s. 12-13.

Mówiąc o warunkach skuteczności współdziałania szkoły z rodzicami w przygotowaniu uczniów do wyboru zawodu, trzeba wspomnieć o pewnych teoretycznych założeniach, które sprzyjają tej skuteczności. Do teoretycznych uwarunkowań zalicza się następujące czynniki:

- poziom świadomości wychowawczej rodziców,
- jedność oddziaływania środowiska szkolnego i domu rodzinnego,
- dynamizacja wiedzy pedagogiczno-psychologicznej,
- właściwe metody pedagogicznego kształcenia rodziców,
- zasady właściwego kontaktu nauczyciela z rodzicami.

Szkoła powinna uczyć nie tylko, jak żyć, ale i jak zmieniać życie. To ambitne zadanie szkoła może realizować jedynie we właściwej współpracy z rodzicami uczniów, które należy realizować wg pewnych przyjętych zasad:

- pedagogizacja rodziców powinna być prowadzona w sposób nowoczesny, zrozumiały i atrakcyjny dla nich,
- poruszana problematyka powinna odpowiadać zainteresowaniom i potrzebom edukacyjnym rodziców oraz uwzględniać problemy wychowawcze występujące w danym środowisku szkolnym,
- ważnym zadaniem dyrektorów szkół jest stworzenie odpowiednich warunków organizacyjnych do realizowanej systemowo i opracowanej wspólnie z radą pedagogiczną pedagogizacji rodziców,
- rodziców powinien pedagogizować nie tylko pedagog szkolny poprzez różne formy działań, ale także inni nauczyciele oraz wychowawca klasy, który ma najczęstszy kontakt z rodzicami i powinien im służyć pomocą w rozwiązywaniu problemów dydaktyczno-wychowawczych,
- rodziców należy umiejętnie aktywizować do współpracy ze szkołą i korzystania z różnych oferowanych im form pedagogizacji, które powinny się stać stałym elementem życia szkolnego,
- pedagogizacją należy objąć również nauczycieli, aby poszerzać ich wiedzę psychopedagogiczną i pomóc im w poprawie relacji interpersonalnych z rodzicami i uczniami. Tematy, które należy wybrać na spotkania z rodzicami:
  - o omawiające rozwój psychofizyczny dziecka,
  - o poruszające potrzeby dziecka, jego zainteresowania,
  - o dotyczące problemów okresu dojrzewania,
  - o omawiające zagrożenia okresu adolescencji,
  - o dotyczące bezpieczeństwa.

- Pedagogizacja rodziców musi być prowadzona z dużym taktem. Mamy bowiem do czynienia z osobami dorosłymi, które posiadają własne doświadczenia życiowe, wychowawcze, które mają utrwalone poglądy i postawy. Musimy pamiętać o tym, że rodzice reprezentują różny poziom kulturalny, moralny i intelektualny.

W celu nawiązania bezpośredniego kontaktu nauczyciela z rodzicami nieodzowne jest - według Romana Ossowskiego - uwzględnienie następujących zasad:

- wzajemnej akceptacji,
- sprzyjających warunków zewnętrznych,
- wyrównanych postaw emocjonalnych,
- komunikatywności,
- dyskusyjności i partnerstwa.

O zasadach współpracy z rodzicami pisze także Helena Izdebska. Zasada pierwsza - to znajomość społecznych uwarunkowań procesu rozwoju i wychowania dzieci w warunkach współczesnego życia. Autorka kładzie duży nacisk na rodzinę jako główny teren życia ucznia. W niej bowiem odbijają się wszystkie procesy i towarzyszące im zjawiska, które zachodzą w całej społeczności. Druga zasada - to orientacja w problematyce współczesnej rodziny, zachodzących w niej przemianach i ich konsekwencjach dla wychowania. Aby nawiązać dialog ze środowiskiem rodziny uczniów, należy znać problem tych rodzin. Trzecia zasada - to organizowanie kontaktów z rodzicami, a także liczenie się w tych kontaktach z poziomem intelektualnym rodziców, ich pozycją społeczną, rodzajem wykonywanej pracy. W kontaktach z rodzicami niezbędna jest delikatność i takt, życzliwa pomoc i zachęta, ukazanie konieczności oraz potrzeby większego zainteresowania się wychowaniem, a także liczenie się z uczuciowym związkiem rodziców z dzieckiem, z ich ambicjami i oczekiwaniami, jakie z nim wiążą. Nauczyciel powinien być przyjacielem i doradcą rodziny. Przyjazny kontakt z rodzicami w znacznym stopniu może ułatwić trudną i odpowiedzialną pracę nauczyciela. Ten kontakt nauczyciela z rodziną ucznia wyrasta na płaszczyźnie wspólnego dążenia do możliwie pełnego rozwoju dziecka.

Kilkukrotnie wspomniane zostało, że w procesie kształtowania osobowości dziecka niezmiernie istotny jest wspólny, możliwie jednolity kierunek wszystkich poczynań wychowawczych. Jest to tak istotne, bowiem negatywne konsekwencje braku ujednoczenia wpływów są ogólnie znane. Prowadzenie dziecka po dwóch nieskoordynowanych ścieżkach życia - domowej i szkolnej, czy szerszej środowiskowej - daje zawsze minimalne szanse pozytywnych zmian w zachowaniu jednostki.



Jedność oddziaływań szkoły i domu nie oznacza jednak wcale takiego samego, identycznego oddziaływania. Inne bowiem zadania ma do spełnienia rodzina, a inne szkoła. Nie chodzi o utożsamianie zadań i ról pełnionych przez dwa środowiska. Szkoła i dom nie powinny zatracać swojej odrębności i specyfiki.

„Oddziaływanie rodziny na dziecko jest oddziaływaniem angażującym całą osobowość: emocje, intelekt, działanie. Skuteczność tego oddziaływania zwiększa fakt, że jest ono oddziaływaniem w swej istocie indywidualnym, uwzględniającym różnorodność potrzeb i zainteresowań, możliwości intelektualne i fizyczne, odmienności gustów, aspiracji członków rodziny. Szkoła jako środowisko wychowawcze wnosi do życia dziecka wiele innych walorów. Dziecko staje tu wobec zadań stawianych wszystkim dzieciom, egzekwowanych i ocenianych nie tylko przez nauczycieli, ale także przez rówieśników. Pozwala to na wprowadzenie w życie dziecka pewnego obiektywizmu i konieczności przystosowania się do wymagań, do zorganizowanego życia szkolnego, zadań, terminów. Ponadto szkoła dostarcza doświadczeń społecznych wynoszonych z kontaktów z rówieśnikami czy w organizacjach dziecięcych. Kontakty te uczą funkcjonowania i życia w zespole”<sup>10</sup>.

Tak więc oba te środowiska, mimo swych odmienności w funkcjonowaniu, czasem nawet braków i niedociągnięć, są ważne w życiu dzieci i młodzieży. Rodzina stanowi podstawowe ogniwo wychowania. Związki między funkcjonowaniem obu tych instytucji są bardzo ścisłe. Wszelkie niedostatki czy nieprawidłowości w działaniu rodziny odbijają się natychmiast na terenie szkoły. I odwrotnie – nieprawidłowości w szkole znajdują swój wyraz w domu rodzinnym. Tylko jedność oddziaływań szkoły i rodziny oraz najbliższego środowiska zapewnić może pożądane wyniki wychowawcze. Dla osiągnięcia jak najlepszych wyników w wychowaniu dzieci powinien powstać uzgodniony system oddziaływania wychowawczego w domu i w szkole. Obecnie mówi się o pedagogizacji rodziców, co oznacza o wdrażaniu ich do odpowiedzialnej i trudnej działalności rzeczywistych wychowawców młodego pokolenia. Wspomaganie rodziny i organizowanie szeroko pojętego środowiska wychowawczego staje się oczywistą koniecznością. Celem tego współdziałania powinno być:

- tworzenie wspólnego programu działalności wychowawczej obowiązującego w domu, w szkole, a jednocześnie uwzględniającego różnorodne i swoiste dla tych instytucji sytuacje;
- ujednoczenie wymagań adresowanych do dzieci;
- wspólna działalność (szkoły i rodziny) na rzecz szkoły, dzielnicy, osiedla;
- niesienie pomocy rodzinom napotyającym trudności.

---

<sup>10</sup> MACIASZKOWA J., *Współdziałanie szkoły i rodziny warunkiem skutecznego wychowania dzieci i młodzieży*, [w] „Oświata i Wychowanie”, nr 4/1979, s. 167-168.

By osiągnąć jedność w oddziaływaniu, nie wystarczy żądać od rodziców by spełniali wymagania szkoły, lecz trzeba pracować z rodzicami w tym kierunku, by rozumieli oni sens i znaczenie tych wymagań oraz by zgodnie współdziałali ze szkołą. Dla osiągnięcia tego celu nie wystarczą dorywcze, okazjonalne kontakty nauczyciela z rodzicami. Konieczne jest podjęcie systematycznej, planowej akcji pedagogizacji rodziców.

Problem współpracy między domem a szkołą należy w pedagogice do bardzo ważnych. Ta współpraca jest bardzo ważna i potrzebna zarówno rodzicom, jak i nauczycielom. Brak porozumienia i współdziałania powoduje osamotnienie dziecka, stawia je często w trudnych sytuacjach, staje się źródłem narastających konfliktów i urazów.

Aby rodzice autentycznie odczuwali potrzebę poszerzania i wzbogacania posiadanej wiedzy pedagogiczno-psychologicznej, nie może być ona czymś statycznym. Nie powinna być to jedynie znajomość ogólnych praw i prawidłowości psychologicznych czy pedagogicznych. Przede wszystkim wiedza musi być dostarczana odbiorcy w tym okresie, gdy odczuwa on właśnie zapotrzebowanie na tego rodzaju informację, gdy wie, że jest ona potrzebna i że pomoże w rozwiązaniu rodzących się problemów.

### **Główne formy współpracy szkoły z rodzicami**

Żeby rodzice chcieli ze szkołą współpracować, muszą znaleźć w niej odpowiedni klimat. Muszą poczuć się partnerami dyrektora i nauczycieli. Nie tylko wtedy, gdy potrzebne są pieniądze lub dodatkowe ręce do pracy. Potrzebę uczestnictwa rodziców w życiu szkoły można zaakcentować poprzez realizację wspólnie wypracowanego i zaakceptowanego programu wychowawczego szkoły.

Główne formy współpracy można ogólnie podzielić na:

- doraźne:
  - o zebrania klasowe,
  - o dni otwarte szkoły,
  - o kontakty korespondencyjne, telefoniczne i osobiste,
  - o uroczystości i imprezy szkolne,
- zinstytucjonalizowane:
  - o komitet rodzicielski,
  - o radę szkoły.

### ***Zebrania klasowe***

Są to spotkania z rodzicami, zwane często wywiadówkami. Odbývają się przynajmniej cztery razy w ciągu roku szkolnego, jednak zazwyczaj częściej. Biorą w nich udział zazwyczaj rodzice jednej klasy. Dotyczą one spraw organizacyjnych, osiągnięć edukacyjnych uczniów, ich funkcjonowania w społeczności szkolnej i ewentualnych trudności wychowawczych. Na pierwszym zebraniu wychowawca przedstawia harmonogram spotkań na cały rok szkolny wraz z ich tematyką. Zapoznaje rodziców z planem pracy wychowawczej, wewnątrzszkolnym i przedmiotowym systemem oceniania oraz innymi dokumentami związanymi z pracą szkoły, np. procedurami egzaminu gimnazjalnego czy maturalnego, jeżeli takowe są przewidziane w nadchodzącym roku szkolnym. Może poprzedzać je zebranie ogólne wszystkich rodziców, z którymi spotyka się dyrekcja szkoły lub prezydium komitetu rodzicielskiego w celu przekazania ważnych informacji. Właściwie zorganizowane spotkanie poprzedza staranna analiza ogólnej sytuacji wychowawczej klasy. Jest to okazja do poinformowania o tym, co się dzieje na forum klasy i szkoły, jakie przedsięwzięcia są realizowane i jakie są potrzeby. Aby spotkania takie nie były prowadzone w sposób szablonowy, rodzice muszą mieć możliwość konstruktywnego wpływu na to co się dzieje w klasie. Ich propozycje powinny być uwzględniane w dalszych poczynaniach wychowawczych. Atmosfera tych spotkań ma pozytywny wpływ na uaktywnienie się rodziców. Ważne, aby czuli się potrzebni szkole, np. w charakterze dodatkowych opiekunów na wycieczkach, dyskotekach, jako goście dzielący się swoim doświadczeniem na lekcjach wychowawczych lub współorganizatorzy imprez kulturalnych.

W trakcie zebrań klasowych – poza sprawami organizacyjnymi – jest oczywiście miejsce również na pedagogizację rodziców, prowadzoną m.in. w ramach szkoleń, spotkań z ekspertem albo warsztatów.

### ***Dni otwarte szkoły***

To cykliczne dyżury w określonym dniu i godzinach wszystkich nauczycieli, podczas których rodzice mogą spotkać się z nimi indywidualnie. Jest to okazja do szczerej i nieskrępowanej rozmowy na temat dziecka-ucznia. Ponieważ jest to kontakt spersonalizowany, można dogłębnie skupić się na dobrych i słabych stronach danego ucznia i próbować poszukać konsensusu. Nauczyciel konkretnego przedmiotu i rodzic mogą wspólnie zastanowić się, jak rozwiązać ewentualny problem.

### ***Kontakty korespondencyjne i telefoniczne***

Tego typu kontakty odbywają się nie tylko drogą tradycyjną, ale coraz częściej za pomocą wpisów w dzienniczku elektronicznym, do którego rodzic ma całodobowy dostęp. Kontakty takie wykorzystywane są wtedy, gdy rodzic wykazuje się

obojętnością wobec realizowania obowiązków szkolnych swojego dziecka, nie reaguje na zaproszenia na spotkania klasowe lub rozmowy indywidualne. Nie dotyczą one wyłącznie spraw typowo interwencyjnych, których celem jest wyjaśnienie incydentów. List, telefon lub dzienniczek elektroniczny są również środkiem do przekazywania szybkiej informacji nt. zebrań, szkoleń, mogą być zaproszeniem na uroczystość szkolną lub klasową, informacją o przyznaniu listu gratulacyjnego za osiągnięcia szkolne dziecka.

### ***Kontakty osobiste***

Kontakty wychowawcy z rodzicami nie powinny kończyć się na zebraniach klasowych. Mogą mieć miejsce na terenie szkoły w ramach dni otwartych, w domu rodzicielskim lub na gruncie neutralnym. Najtrudniejsze zazwyczaj są wizyty domowe, które bywają nieprzewidywalne i mają miejsce wtedy, gdy nie można w żaden sposób nawiązać kontaktu z rodzicami. Mogą jednakże przynieść spostrzeżenia dotyczące warunków egzystencji dziecka i skonfrontować własne przypuszczenia ze stanem faktycznym. Owocne w skutkach mogą być przypadkowe spotkania na gruncie neutralnym. Rozmowę można zacząć od tematów niezwiązanych z dziećmi i dopiero po pewnym czasie skierować na interesujące obie strony zagadnienia.

### ***Uroczystości i imprezy szkolne***

Popularną formą włączania rodziców w życie klasy i całej szkoły jest zapraszanie ich na uroczystości z okazji świąt, rocznic, rozpoczęcie lub zakończenie roku szkolnego.

W szkole, w zależności od typu, jest wiele okazji, które można wykorzystać na zintegrowanie rodziców. Przykładem mogą być pikniki szkolne, w których uczestniczą całe rodziny. Atmosfera takich imprez sprzyja nawiązaniu mniej formalnych relacji między nauczycielami a rodzicami. W przygotowanie i realizację programu (np. konkurencje sportowe, występy artystyczne, zabawy) włączają się wszyscy uczestnicy. Podobną funkcję polegającą na nawiązaniu bardziej osobistych kontaktów, które ułatwiają wzajemne poznawanie się są kameralne spotkania klasowe z okazji świąt religijnych, Dnia Matki, Andrzejek itp. Pomoc rodziców jest bezcenna przy okazji „studniówek”, obchodów Dnia Patrona Szkoły lub imprez kulturalnych, takich jak konkursy piosenki, przedstawienia teatralne. Rodzice pomagają uczniom w doborze repertuaru, sugerują stroje i wspomagają w ich wykonaniu, zajmują się wraz ze swymi dziećmi udekorowaniem sali.

Uczestnictwo uczniów, ich rodziców i nauczycieli w tego typu uroczystościach i imprezach stwarza warunki do uczenia się, jak układać dobre stosunki między tymi trzema podmiotami.

### ***Komitet rodzicielski***

Komitet rodzicielski jest organem wewnętrznym szkoły, którego funkcjonowanie wynika z ustawy o systemie oświaty. Komitet rodzicielski, zwany radą rodziców, jest obok rady pedagogicznej oraz samorządu uczniowskiego trzecim filarem szkolnej struktury organizacyjnej. Skupia wybranych demokratycznie przedstawicieli rodziców poszczególnych klas. Celem działalności jest zapewnienie współpracy rodziców z dyrektorem szkoły, radą pedagogiczną, samorządem uczniowskim, organami nadzorującymi szkołę i innymi instytucjami i organizacjami w realizacji zadań szkoły. Główne zadania komitetu rodzicielskiego polegają na współdziałaniu w programowaniu pracy szkoły oraz udzielaniu pomocy w zapewnieniu warunków realizacji zadań dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych szkoły. Rodzice współuczestniczą w tworzeniu i realizacji programów wychowawczych i profilaktycznych oraz współpracują z organizacjami uczniowskimi działającymi w szkole. Prezentują opinie i postulaty rodziców wobec dyrekcji i rady pedagogicznej, a także władz nadzorujących szkołę. Są niezastąpieni podczas organizacji wszelkich szkolnych przedsięwzięć. Pozyskują środki finansowe dla wspierania przedsięwzięć wychowawczo-opiekuńczych szkoły – fundusz komitetu rodzicielskiego jest nierzadko głównym źródłem unowocześniania bazy dydaktycznej.

Współpraca szkoły, jako placówki edukacyjnej, i rodziców to wykonywanie wspólnych zadań w imię uzgodnionych i zaakceptowanych przez obie strony celów. Nie wyklucza to współdziałania na płaszczyźnie jednokierunkowych świadczeń, np. w postaci udzielania pomocy finansowej bądź rzeczowej. Wybór konkretnych form wspólnych działań oraz ich zakres to wypadkowa wielu czynników: celów nauczyciela, który realizuje założenia systemu oświaty, jego przygotowania, indywidualnych preferencji, warunków, w jakich działa, potrzeb sygnalizowanych przez rodziców.

### **Zasady partnerstwa szkoła – rodzic**

Wiadomo już, że rodzice i nauczyciele mają znaczący wpływ na wielostronny rozwój ucznia. Aby współpraca była owocna między nimi i urzeczywistniała wyżej wymienione cele, ważne jest przestrzeganie podstawowych zasad. M. Łobocki przedstawia je następująco<sup>11</sup>:

- zasada pozytywnej motywacji,
- zasada partnerstwa,
- zasada wielostronnego przepływu informacji,

---

<sup>11</sup> ŁOBOCKI M., *Współdziałanie nauczycieli i rodziców w procesie wychowania*, Warszawa 1985, s. 32-25.

- zasada jedności oddziaływań,
- zasada aktywnej i systematycznej współpracy.

*Zasada pozytywnej motywacji* – głosi, że skuteczne współdziałanie rodziców i nauczycieli zależy od ich dobrej woli, chęci do działania i świadomości celowości wzajemnej współpracy. Chodzi głównie o to, aby obie ze stron widziały sens w podejmowaniu działań i były optymistycznie nastawione na uzyskanie zamierzonych wyników.

*Zasada partnerstwa* – obejmuje działania obu ze stron na tych samych niemal warunkach i prawach. Oba te środowiska powinny tworzyć swojego rodzaju wspólnotę, która nie będzie faworyzować niektórych jej członków, a podejmowanie decyzji odbywać się powinno poprzez jednakowy udział i z pełną odpowiedzialnością.

*Zasada wielostronnego przepływu informacji* – polega na systematycznej i nieprzerwanej wymianie informacji na temat ucznia. Wykorzystaniu różnych form porozumiewania się między różnymi osobami na wielorakich płaszczyznach.

*Zasada jedności oddziaływań* – przypomina o obraniu jednakowego kierunku działań i o konieczności realizowania przez szkołę i rodziców zgodnych ze sobą celów wychowawczych. Ujednoczenie metod i form postępowania ułatwi pracę i w jakimś stopniu scali uczniów ze szkołą i rodziną.

*Zasada aktywnej i systematycznej współpracy* – odnosi się do potrzeby czynnego zaangażowania się nauczycieli i rodziców w wykonywanie zadań.

Różnorodny wachlarz form współpracy pozwala nauczycielom i rodzicom na sukcesywne podejmowanie kontaktu w celu nawiązania współpracy dla dobra dziecka. W praktyce bywa niestety różnie. Zarówno rodzice, jak i nauczyciele odczuwają w mniejszym lub w większym stopniu potrzebę nawiązywania wzajemnych kontaktów i podejmowania współpracy. Czasem obserwuje się wyraźną niechęć z jednej, jak i drugiej strony, a nieraz działania są partnerskie.

### **Bariery we współpracy szkoły i rodziców**

Na początek warto wyjaśnić pojęcie komunikacji. W literaturze można spotkać się z wieloma opisami tego zagadnienia, jednak według mnie najbardziej obrazujący omawiany temat jest cytat z książki Jana Waszkiewicza: „Zarówno użycie słowa *komunikacja*, jak i jego etymologia pokazują, iż termin ten oznacza różnorodne sposoby budowania mniej lub bardziej trwałej wspólnoty między ludźmi. Budowana wspólnota dotyczyć może podzielanych odczuć, przeświadczeń, wartości, znaczeń, celów działania i samych działań. W pewnych sytuacjach dotyczyć ona może i wspólnej areny walki, a konstytuujące ją więzi dalekie są od przyjaźni.

Wspólnota, o której mowa, tworzona może być przez przemieszczanie i łączenie osób za pomocą urządzeń telekomunikacyjnych bądź za pomocą działań językowych i innych zachowań symbolicznych, przenoszących znaczenia”<sup>12</sup>.

Bariery komunikacyjne natomiast to wszystko to, co zakłóca efektywne porozumienie pomiędzy nadawcą a odbiorcą komunikatu. Mogą wynikać zarówno z błędów popełnionych przez jedną, jak i drugą stronę w komunikacji. W niniejszej pracy bariery, jakie występują w omawianym środowisku szkolnym, podzielone zostaną na dwie części – występujące po stronie szkoły i po stronie rodziców.

### ***Bariery współpracy ze strony nauczycieli***

Dobre relacje między nauczycielem a rodzicem to podstawa współdziałania. Nieraz zdarzyć się może, że przez swoje zachowanie, postawę świadomą czy też nieświadomą zakłócimy kanał komunikacyjny i wtedy efekty pracy są niezadowolające. Aby zniwelować te przeciwności, należy uświadomić sobie, że one istnieją, są wynikiem różnych sytuacji życiowych czy wypalenia zawodowego. Jedną z takich przyczyn stojących na drodze dobrych relacji jest lęk, który może nas paraliżować, ograniczać. Kiedy zapanuje nad nami, często nie jesteśmy w stanie osiągnąć celów. Najczęściej występującymi zdarzeniami, w których nauczycielowi zdarza się unikać niektórych form kontaktu z rodzicem, jest obawa przed mniej czy bardziej słusznymi atakami lub agresją, naciskiem ze strony grupy, nerwowość przed spotkaniem większej liczby osób. Największy odsetek ludzi, nie tylko nauczycieli, odczuwa niepokój przed wystąpieniami publicznymi, a takich nie brakuje, jeśli ma się kontakt z uczniami. Kolejną ważną kwestią są sytuacje, w których nauczyciel ma poczucie ignorowania przez rodziców. To, co nauczyciel ma do powiedzenia w danej sprawie, nie jest zbyt uważnie odbierane, a wręcz bywa i tak, że rodzice nie doceniają zaangażowania, jakie wkłada w swoją pracę. Takie sytuacje powodować mogą u nauczyciela niechęć do pracy czy starania się – po co bowiem się starać, skoro rodzic nie chce nic zyskać lub wykazuje postawę „I tak wiem swoje”. Takie zachowanie uniemożliwia podjęcie działań czy jakiegokolwiek wpływu na rodziców, co w rezultacie stwarza patową sytuację, trudną często do rozwiązania. Poczucie porażki, bo tak często nauczyciele określają swój stan wynikający z braku efektów swojej pracy, ma swoje konsekwencje i traci na tym głównie uczeń. Nauczyciel, który nie jest w stanie dotrzeć do ucznia w żaden sposób, zaczyna się frustrować, a jeśli posiada np. zbyt wysoką ambicję nastawioną na „zwycięstwo”, to doprowadzić to może w przyszłości do wypalenia zawodowego i niechęci do podejmowania działań w późniejszym czasie, zwłaszcza z rodzicami czy uczniami, z którymi obcowanie nie jest satysfakcjonujące. Wpływ na efektywność pracy ma również sytuacja osobista pracownika placówki. Kłopoty w domu czy zła sytuacja finansowa mogą kolidować z powierzonymi mu obowiązkami.

---

<sup>12</sup> WASZKIEWICZ J., *Jak Polak z Polakiem: szkice o kulturze negocjowania*, Warszawa 1997, s. 26.

Takie utrudnienia powodują, że nauczyciel nie posiada wystarczającej liczby czasu i energii na sprawy szkoły.

Bariery, jakie udało nam się zgromadzić, stanowią problem w komunikacji, która jest tak ważna w codziennym funkcjonowaniu związanym z placówką oświatową. Uświadomienie sobie, że takowe przeszkody występują, jest już dobrym krokiem w kierunku ich eliminacji.

### ***Bariery współpracy ze strony rodziców***

Nadrzędnym celem obu stron jest dobro dziecka i jego wszechstronny rozwój. Problem jednak tkwi w szczegółach, czyli w tym, co każdy rodzic rozumie pod pojęciem „dobra”. Różne są przecież poglądy rodziców na sprawy wychowania czy form i jakości przekazywanych wartości dziecku. Nie zawsze są one zgodne z światopoglądem nauczyciela. W takim przypadku cele stawiane przez szkołę nie pokrywają się z tymi wyznawanymi przez rodzinę. Taka sytuacja może doprowadzić do konfliktów, a w rezultacie do wystąpienia różnorodnych zakłóceń w komunikacji.

Jedną z pierwszych barier, jaka stoi na przeszkodzie dobrym kontaktom rodzic – szkoła są doświadczenia z lat młodości. Rodzice mają w pamięci swoje wspomnienia z czasów, kiedy sami byli uczniami – budynek, ławki, dzwonek, kontakty z własnymi nauczycielami. Wchodzą nieświadomie w rolę ucznia onieśmiałego autorytetem nauczyciela, zapominając, że są już dorośli, mają teraz inne prawa i obowiązki. Biorąc udział w zebraniach, czują się nieswojo, gdy zasiadają ponownie w ławkach. Sygnały wysyłane przez nauczyciela poprzez zamaszyste gesty rąk lub wskazywanie palcem poszczególnych uczniów są często odbierane jako groźby i powodują zamknięcie rodzica na dalszy proces komunikacji. Częste stosowanie komunikatów paralingwistycznych w postaci krzykliwego intonowania i częste zawieszanie głosu powodują zmieszanie wśród rozmówców. Osoba kierująca komunikat o takich cechach jest często postrzegana jako dysponująca małym zasobem wiedzy bądź wiedzą tylko powierzchowną. Bywa, iż zarówno nadawcy, jak i odbiorcy nie zawsze poprawnie interpretują informacje wynikające z artykulacji oraz nie zwracają uwagi na kontekst rozmowy, który jest kluczowy w procesie komunikacji. Nie zawsze też przy okazji takich spotkań rodzice odczuwają potrzebę działania na rzecz szkoły. Wynikać to może z tego, że brak jest podejmowania czynności scalających wszystkich rodziców. Nie znając się wzajemnie, nie czują wspólnoty i chęci współdziałania. Jeśli już dojdzie do nawiązania inicjatywy przez rodziców, chcieliby oni mieć pewność, że ich starania są pożądanymi. Widzą jednak, że najważniejsze decyzje dotyczące ich dzieci są podejmowane bez brania pod uwagę ich zdania, więc nie chcą uczestniczyć w czymś, co nie daje im szans na autentyczne działanie<sup>13</sup>.

---

<sup>13</sup> ZIÓLKOWSKI P., *Wybrane kompetencje społeczne*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 17.



Kolejną kwestią jest zła organizacja szkoły co do przeprowadzenia rozmów, zebrań czy wywiadówek. Brak miejsc i zbyt dużej ilości czasu powodują, że rodzic nie jest w stanie spytać o wszystkie kwestie, które go interesują. Chęć porozmawiania z innymi nauczycielami też staje się problemem w momencie, kiedy presja innych rodziców oczekujących na rozmowę z tym samym pedagogiem zmusza nas do pośpiechu. Ograniczony czas, duża liczba rodziców – sytuacja staje się nerwowa. Nie dość dobre warunki do przeprowadzenia spotkania z rodzicami poza momentami wyznaczonymi na ten cel (np. wywiadówka) sprawiają, że takie rozmowy odbywają się na korytarzu najczęściej podczas przerw, na których panuje hałas i ogólny harmider, lub w pokoju nauczycielskim, przy innych osobach. Nie daje to tej swobody wypowiedzi. Rodzice czują się jak intruz i chcą się jak najwcześniej wycofać, sądząc, że jest to strata czasu. Niektórzy rezygnują w takim momencie z podejmowania prób kontaktu, co nie jest dobre dla dziecka. Sami rodzice też często nie mają za dużo czasu dla nauczycieli. „Wpadają” na chwilę, zamienią kilka słów, omówią parę kwestii organizacyjnych i nie pytają o szczegóły. Może jednak nie wynika to wyłącznie z braku czasu po stronie rodzica, a postawa nauczycieli ma także wpływ na takie zachowanie? Bywają bowiem takie sytuacje, w których nauczyciel nie jest odbierany w sposób pozytywny. Jego kompetencje i fakt, że nie wzbudza zaufania u rodziców, także powodują powstawanie barier. Rodzice nie mają przekonania do szczerych rozmów z nauczycielem, ponieważ nie wierzą w poprawę sytuacji, a wręcz mają obawę, że ewentualne wyartykułowane podczas rozmowy uwagi wobec szkoły, zostaną w późniejszym czasie użyte przeciwko nim i ich dzieciom. Wolą więc unikać kontaktu niż urazić nauczyciela, wywołując jego niechęć, zwłaszcza jeśli może mieć to negatywny wpływ na sposób traktowania ich dzieci. W przypadku rodziców dziecka z problemami wychowawczymi słuchanie złych informacji powoduje obniżenie ich poczucia wartości jako rodziców. Nie chcą doświadczać przykrości i – choć wiedzą o problemach dziecka – nie reagują.

Należy także pamiętać, że rodzice różnią się temperamentem, stosunkiem do innych ludzi, poziomem kompetencji społecznych i doświadczeniami w zakresie relacji szkoła – rodzina. Diagnozowanie współpracy rodziny i szkoły uświadamia, że może ona przybierać postać:

- partycypacji (współdziałania, współdziałania, inspiracji),
- przystosowania (akomodacji),
- inercji (bierności, obojętności),
- opozycji (odrzucenia, sprzeczności interesów, konfliktu)<sup>14</sup>.

---

<sup>14</sup> KAWULA S., BRĄGIEL J., JANKE A., *Pedagogika rodziny*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2005, s. 209.

*Partycypacja* – oznacza partnersko-inspiracyjną postawę rodziców wobec zadań szkoły.

*Akomodacja* – polega na pozytywnym przystosowaniu się rodziców do wymagań szkoły, jednocześnie jednak ograniczają się oni wyłącznie do tych zachowań. Cechą tej relacji jest jednokierunkowość inicjowania działalności – od szkoły do rodziców. Wypełnianie poleceń szkoły co do wyposażenia dziecka.

*Inercja* – przejawia się w obojętnym stosunku rodziców do działań szkoły. Rodzice nie chodzą na zebrania, nie podejmują wobec swoich dzieci prób uświadamiania i wychowania seksualnego. Inicjatywy wychowawcze mają charakter jednokierunkowy – od szkoły do rodziców, nie spotykają się z akceptacją, są ignorowane przez rodziców, nie powodują żadnego pozytywnego odzewu. Jest to więc poziom powiązań, który należy ocenić negatywnie.

*Opozycja* – charakteryzuje się szkodliwymi postawami wychowawczymi części rodziców, które w wielu wypadkach graniczą wręcz ze zjawiskami patologii opiekuńczo-wychowawczej. To wyraźnie opozycyjne nastawienie rodziców do zadań szkoły uniemożliwia wręcz konstruktywne rozwiązywanie problemów na linii szkoła-dom i nawiązanie dialogu między tymi dwoma podstawowymi środowiskami wychowawczymi<sup>15</sup>.

Literatura pedagogiczna wyróżnia również kilka typów rodziców w relacjach ze szkołą:

- *Rodzic awanturniczny* – ma kłopoty ze znoszeniem frustracji, na wszystko reaguje wybuchami wściekłości, próbuje wyrzucić presję na nauczyciela, by usunął źródło dyskomfortu i postąpił wedle niekoniecznie słusznej sugestii rodzica. Sądzi, iż wszystkiemu winna jest beznadziejna szkoła, a jego dziecko jest dobre.
- *Rodzic bierno-agresywny* – nie wyraża swych uczuć wprost. Jego cechą charakterystyczną jest bierny opór. Spóźnia się, zwleka, zapomina, krytykuje za plecami. Boi się konfrontować z osobami, od których jest zależny. Nauczyciel uczy jego dziecko i rodzic nie chce popsucia tej relacji.
- *Rodzic zależno-roszczeniowy* – idealizuje nauczyciela, przypisuje mu nadzwyczajne umiejętności. Dąży do tego, aby jego relacja z nauczycielem była jak najlepsza. Zwraca się do wychowawcy z najmniejszymi problemami. Jego oczekiwania wobec nauczyciela rosną bardzo szybko. Całą odpowiedzialność za swoje trudności próbuje zrzucić na wychowawcę, często przychodzi poza zebraniem do domu nauczyciela.
- *Rodzic wielkościowy* – to rodzic, który skoncentrowany jest na budowaniu

---

<sup>15</sup> KOZUBSKA A., *Wybrane problemy pedagogicznego funkcjonowania nauczyciela-wychowawcy*, [w] KOC R., KOZUBSKA A., ZIÓLKOWSKI P., *Nauczyciel w drodze do profesjonalizmu*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 125-142.

swojego pozytywnego wizerunku (rodzic gwiazda – podczas rozmowy z nauczycielem np. odbiera telefony, kieruje firmą itp.). Rodzice tacy uważają się za osoby bez skazy, są doskonali, oczekują uznania i podziwu, są dla siebie wyjątkowi, a swoją doskonałość „przelewają” na dzieci i wtedy każdą krytyczną uwagę pod adresem swoich pociech traktują jako atak na siebie.

- *Rodzic dramatyzujący* – robi wrażenie zrozpaczonego lub podekscytowanego. Rozmowa z takim rodzicem może mieć charakter „wylewu rozpaczy” lub „spektaklu ekscytacji”.
- *Rodzic kontrolujący* – to osoba dążąca do panowania nad sytuacją. Wykazuje się zamiłowaniem do władzy i kontroli. Często pod tym kryje się niepokój i poczucie bezradności. Często wywołuje u nauczyciela złość.
- *Rodzic podejrzliwy* – ma skłonności do obwiniania innych o powodowanie kłopotów własnego dziecka oraz przejawia przesadne zaniepokojenie, że jest ono celowo krzywdzone, krytykowane, wykorzystywane.
- *Rodzic wycofany* – jest nieśmiały, zagubiony, zawstydzony, z poczuciem alienacji. Może mieć niskie poczucie własnej wartości płynące z niekorzystnych dla siebie porównań społecznych. Nie lubi zabierać głosu na forum<sup>16</sup>.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- BANACH C., *Polska szkoła i system edukacyjny*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek 1995.
- KAWULA S., BRĄGIEL J., JANKE A., *Pedagogika rodziny*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2005.
- KOC R., KOZUBSKA A., ZIÓŁKOWSKI P., *Nauczyciel w drodze do profesjonalizmu*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014.
- KOSIŃSKA E., *Wychowanie przez integrację*, [w] „Wychowawca”, nr 1/2000.
- KOŚĆ I., *Funkcja opiekuńcza szkoły wobec potrzeb dziecka*, [w] *Opieka i wychowanie*, KĘPSKI C. (red.), Lublin 1998.
- ŁOBOCKI M., *Współdziałanie rodziców i nauczycieli w procesie wychowania*, Warszawa 1985.
- MACIASZKOWA J., *Współdziałanie szkoły i rodziny warunkiem skutecznego wychowania dzieci i młodzieży*, [w] „Oświata i Wychowanie”, nr 4/1979.
- OLEARCZYK T.E., *Rodzina i szkoła*, [w] „Wychowawca”, nr 3/2000.
- OKOŃ W., *Słownik pedagogiczny*, Warszawa, wyd. Żak, 1992.
- PAWELCZYK L., *Prawdy i fikcje w polskiej oświacie*, [w] „Nowa Szkoła”, nr 3/2000.
- WASZKIEWICZ J., *Jak Polak z Polakiem: szkice o kulturze negocjowania*, Warszawa 1997.
- ZIÓŁKOWSKI P., *Pedagogizacja rodziców – potrzeby i uwarunkowania*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2016.
- ZIÓŁKOWSKI P., *Wybrane kompetencje społeczne – skrypt dla studentów*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014.

---

<sup>16</sup> Ibidem.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Współpraca rodziców ze szkołą dziecka

### 2. Czas trwania zajęć:

45 min.

### 3. Cel główny:

- Przekonanie rodziców o korzyściach współpracy z nauczycielami w tworzeniu atmosfery wspierania rozwoju osobowego i sukcesów szkolnych dziecka.

### 4. Cele szczegółowe:

- Ukazanie płaszczyzn współpracy z wychowawcą i innymi nauczycielami;
- Zdefiniowanie warunków koniecznych do budowania prawidłowych relacji rodziców z nauczycielami;
- Kształtowanie postawy otwartości rodziców do wymiany doświadczeń, opinii i poglądów z nauczycielami w zakresie potrzeb edukacyjnych nastoletnich dzieci;
- Wypracowanie strategii efektywnej współpracy i wzajemnego informowania, podejmowania działań indywidualnych i zespołowych oraz zachowań w sytuacjach konfliktowych;

### 5. Metody realizacji zajęć:

- wykład
- dyskusja
- warsztaty - symulacje zdarzeń i zachowań związanych z współpracą rodziców z nauczycielami.

### 6. Środki dydaktyczne:

- prezentacja multimedialna
- karty pracy dla zespołów zadaniowych

### 7. Przebieg zajęć:

Warsztaty: W poszukiwaniu pozytywnych zmian w zakresie współpracy rodziców ze szkołą.

Treści kształcenia	Zagadnienia wstępne
Metody realizacji	Rozmowa, ćwiczenie.
Czas trwania	5 min.
Czynności prowadzącego i uczestników	Przedstawienie wzajemne uczestników. Omówienie przebiegu i założonych celów zajęć.

Treści kształcenia	Doświadczenia rodziców we współpracy z nauczycielami i ich skutki.
Metody realizacji	Praca w grupie
Czas trwania	15 min. + 5 min. na prezentację wyników grupy.
Materiały do zajęć	Duże arkusze panieru, flamastry, kopie zał. do scenariusza.
Czynności prowadzącego i uczestników	Omówienie zadania i rozdanie Kart pracy -ćwiczeń (zał. 1 ).
Uwagi realizacyjne	Wyniki przedstawia-ją liderzy grup.

Treści kształcenia	Poszukiwanie efektywnych sposobów komunikacji i zachowań rodziców w relacjach ze szkołą.
Metody realizacji	Praca w grupie
Czas trwania	15 min. + 5 min. na prezentację wyników grupy.
Materiały do zajęć	Duże arkusze papieru, flamastry, kopie zał. do scenariusza.
Czynności prowadzącego i uczestników	Omówienie zadania i rozdanie Kart pracy-ćwiczeń (zał. 2 ).
Uwagi realizacyjne	Wyniki przedstawiają liderzy grup.

Treści kształcenia	Informacja zwrotna
Metody realizacji	ewaluacja

Czas trwania	5 min.
Czynności prowadzącego i uczestników	Postawienie pytań ewaluacyjnych.
Uwagi realizacyjne	Zdania zapisane na tablicy.

## 8. Sposób ewaluacji / autoewaluacji szkolenia:

„Rundka” – uczestnicy szkolenia kolejno wypowiadają się kończąc zdanie:

- Z dzisiejszych zajęć zapamiętam...
- Na zajęciach czułem się ...

## 9. Opis ćwiczeń:

### Ćwiczenie 1

Zadaniem zespołu jest przedyskutowanie treści a następnie zapisanie w syntetycznej formie wyników dyskusji na temat: Pozytywne i negatywne doświadczenia oraz opinie z współpracy ze szkołą. Przyczyny i skutki. Na dyskusję przewidziano 15 minut, na prezentację wyników pracy zespołu 5 minut. Prezentacji dokonuje lider zespołu wybrany przez grupę.

### Ćwiczenie 2

Zadanie ma wymiar twórczy. Jego wykonanie powinno dobrze służyć uczestnikom zajęć a pośrednio dzieciom. Proszę zastanowić się, wykorzystać własne przeświadczenia, doświadczenia oraz wiedzę z wykładu i przygotować odpowiedź na następujący problem: Jak mądrze współpracować z wychowawcą klasy i innymi nauczycielami w interesie własnego dziecka? Odpowiedzią może być zaproponowany katalog oczekiwanych zachowań rodzica wobec nauczyciela. Na dyskusję przewidziano 15 minut, na prezentację wyników pracy zespołu 5 minut. Prezentacji dokonuje lider zespołu wybrany przez grupę.

Alicja Kozubska

Wyższa Szkoła Gospodarki

## **MIĘDZY DIALOGIEM A PRZEMOCĄ W SZKOLE – BUDOWANIE POCZUCIA BEZPIECZEŃSTWA**

### **Wprowadzenie**

Problem agresji i przemocy w szkole jest nadal aktualny. Na przestrzeni lat to zjawisko niestety się nasila, choć nie w takim stopniu, jak wynika to niekiedy z doniesień medialnych. Trwanie tego zjawiska oznacza jednak, że mimo wielu podejmowanych działań, niestety zbyt często o charakterze akcyjnym, środowisko dorosłych – nauczycieli i rodziców – nie potrafi sobie z nim skutecznie poradzić. Przyczyny i rodzaje agresji są już w literaturze przedmiotu dobrze rozpoznane, choć mogą ewoluować i dlatego wymagają ustawicznych badań. Złożoność zjawiska agresji wśród młodzieży wymaga jednak ustawicznego podnoszenia kompetencji nauczycieli i rodziców. Kompetencje te powinny dotyczyć sposobów radzenia sobie w sytuacji agresji, ale przede wszystkim tworzenia koncepcji korzystnego środowiska wychowawczego, w którym znacznie częściej należy korzystać z nurtu psychologii i pedagogiki humanistycznej, w której szacunek, podmiotowość, spotkanie, dialog i odpowiedzialność mają ogromne znaczenie. Nadal dorośli opierają się w wychowaniu na strategii behawioralnej, nagrodach i karach, co nie sprzyja kształtowaniu u uczniów samodzielności i gotowości do ponoszenia odpowiedzialności za swoje czyny. To jest moim zdaniem obszar, żeby nie powiedzieć ugór, na którym jest dużo do zrobienia. Budowanie wspólnoty, dialogicznych relacji nie zagraża nauczycielom, wręcz odwrotnie – umożliwi zwiększenie samostanowienia uczniów, którym należy wyznaczać granice i określać normy, ale konieczne jest zwiększenie poczucia wpływu, sprawstwa, bo tylko to daje szansę na poczucie odpowiedzialności. Uczeń nie nauczy się odpowiedzialnego działania, jeśli będzie „sterowany” głównie za pomocą kar i nagród, co bywa określane jako tresura, a nie wychowanie. Opieranie relacji w klasie szkolnej na karze powoduje, że uczniowie kłamią, chcąc jej uniknąć, a nauczyciel stosuje przemoc i domina-

cję z lęku przed złym zachowaniem uczniów. Ten schemat funkcjonowania się utrwała, żadnej ze stron nie dając poczucia bezpieczeństwa, które stanowi warunek rozwoju, w odróżnieniu od lęku.

### **Bezpieczeństwo w szkole i jego uwarunkowania**

Na gruncie różnych nauk, w tym pedagogiki i psychologii, szczególne znaczenie i rangę nadaje się oczekiwaniom w zakresie bezpieczeństwa. W psychologii potrzeba bezpieczeństwa uznawana jest za potrzebę podstawową, a jej zaspokojenie stanowi warunek konieczny życia i zdrowia człowieka. Pedagogika wskazuje na potrzebę tworzenia środowisk wychowawczych, szczególnie dotyczy to rodziny i szkoły, stwarzających bezpieczne warunki dla optymalnego rozwoju młodego pokolenia. Wymaga to określenia zarówno czynników wspierających, jak i zagrażających bezpieczeństwu człowieka. Do tych ostatnich zaliczamy między innymi:

- brak stabilności i możliwości przewidywania sytuacji i nieprzewidywalność zachowań innych ludzi,
- „brak uznania, akceptacji i życzliwości;
- antycypowanie braku pomocy, oparcia i solidarności;
- niedoznanie przyjaźni;
- brak kolegów i przynależności do podmiotów znaczących;
- świadomość ograniczoności własnych możliwości w zakresie ochrony swych dóbr;
- poczucie złej perspektywy i istnienia zagrożeń;
- brak powodzenia w życiu i działalności;
- brak sprawiedliwości ładu i porządku;
- chorobę, stany traumatyczne;
- nagłe zerwanie więzi z osobami bliskimi;
- poczucie utraty podstaw egzystencji;
- ostrą rywalizację w utrzymaniu godziwego statusu społecznego;
- przemoc, agresję (...) ze strony ludzi;
- ujemne katastroficzne zjawiska przyrodnicze<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> KRÓL R., *Bezpieczeństwo szkolne jako wyzwanie edukacyjne*, [w:] Zduniak A, Kryłowicz M. (red.), *Edukacja dla bezpieczeństwa w rodzinie, szkole i pracy*, Warszawa–Poznań, Wydawnictwo ELIPSA, s. 132–133.



Zachodzące zmiany w zakresie życia zbiorowego sprawiają, że stosunki międzyludzkie z jednej strony ulegają rozbudowie, a z drugiej depersonalizacji i deformacji, wyrażającej się m.in. w uprzedzeniach, wrogości i agresji. Dlatego też doskonalenie stosunków międzyludzkich staje się istotnym zadaniem polityki społecznej i praktyki wychowawczej. Budowanie poprawnych relacji społecznych jest więc warunkiem koniecznym indywidualnych sukcesów poszczególnych osób oraz instytucji, w tym instytucji edukacyjnych<sup>2</sup>. S. Kawula wymienia następujące mechanizmy edukacyjne w interakcjach społecznych:

1. Prawidłowe stosunki społeczne oparte są na wzajemnym zaufaniu i życzliwości. Sprzyjają one zaspokajaniu wielu potrzeb psychospołecznych, np. potrzeb bezpieczeństwa, uznania, dodatniej samooceny. Dlatego też strategia kooperacyjna jest efektywniejsza niż strategia rywalizacyjna.
2. Korzystne stosunki społeczne ułatwiają rozwój człowieka we wszystkich sferach, umożliwiają skuteczniejsze oddziaływanie na jego osobowość. Kontakt ucznia z życzliwym i lubianym nauczycielem sprzyja koncentracji uwagi, ułatwia sprawne i oryginalne rozumienie, ogranicza utratę informacji.
3. Pozytywne stosunki społeczne ułatwiają komunikację, umacniają wspólnotowość i integrację grupy. Pomocą w wyjaśnianiu edukacyjnych właściwości relacji międzyludzkich jest z jednej strony koncepcja wyrównywania postaw Z. Zaborowskiego, a z drugiej teoria wymiany społecznej. Zgodnie z pierwszą w relacjach ludzie mają skłonność do prezentowania postaw zbliżonych do postaw partnera relacji. Nieco upraszczając, wyraża się to w potocznym stwierdzeniu, iż bardziej lubimy ludzi, którzy nas lubią i prezentują w stosunku do nas postawy pozytywne. Podłożem teorii wymiany społecznej jest troska jednostki o własny interes i działanie oparte na maksymalizacji zysków i minimalizacji strat<sup>3</sup>.

Z powyższych rozważań można wyprowadzić model-wzorzec pedagogicznych relacji, którego elementami są cechy ujęte w cztery pary pojęć rozumianych jako antynomie: „1). odejście od rywalizacji ku kooperacji; 2). od konfliktowości do syntonii; 3). od uprzedzeń emocjonalnych do skupienia się na zadaniach; 4). od instrumentalizmu ku partnerstwu wszelkich podmiotów edukacyjnych”<sup>4</sup>.

---

<sup>2</sup> KAWULA S., *Edukacyjne właściwości relacji międzyludzkich*, [w:] Moździerz A., Rusiecki J. (red.), *Człowiek w relacjach edukacyjnych*, Olsztyn, Wydawnictwo Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, 1999, s. 13.

<sup>3</sup> Tamże, s. 14–16.

<sup>4</sup> Tamże, s. 16.

## Znaczenie dialogu edukacyjnego w budowaniu poczucia bezpieczeństwa w szkole

Coraz częściej dostrzega się rolę dialogu w różnych obszarach życia społecznego, w tym w obszarze edukacji, jako sposobu regulowania sprzeczności i ograniczania zachowań agresywnych skierowanych przeciwko innym lub sobie. Szczególnie trafna dla poniższych rozważań staje się definicja wychowania, według którego jest ono „(...) sui generis bytem społecznym, a więc faktem, zdarzeniem, procesem będącym wytworem przynajmniej dwóch ludzi (osób), którego cechą konstytutywną jest zachodząca pomiędzy nimi relacja, wyrażająca się w przekraczaniu przestrzeni międzypodmiotowej za pomocą wybranej formy kontaktu, w ramach którego jeden z podmiotów (wychowujący), kierując się powszechnie uznanym dobrem, umożliwia drugiemu podmiotowi (wychowywanemu) zdążyć do określenia własnej tożsamości”<sup>5</sup>. Dialog edukacyjny może być rozumiany jako:

- konstrukcja pytań i odpowiedzi (dialog informacyjny);
- wymiana negocjacyjna (m.in. w postaci dyskusji „szkolnej”, dyskusji „właściwej” lub rozmowy);
- jako warunek rozumienia – gdzie rozumienie nie jest odtwarzaniem ustalonych znaczeń, lecz aktywnością ustawiczną, ludzkim sposobem życia<sup>6</sup>.

Zdaniem A.M. Tchorzewskiego dialog można traktować jako instrument myślenia humanistycznego, „(...) dzięki któremu w procesie wychowania ujawnia się świat obiektywnych wartości moralnych”<sup>7</sup>. Dialog jako forma kontaktu, będącego następstwem spotkania się podmiotów (w tym edukacyjnego), niesie więc za sobą określone wartości, łącząc owe podmioty. Do wartości tych należą „(1) akceptacja drugiego człowieka jako wartości autotelicznej, (2) tolerancja, (3) wolność, (4) odpowiedzialność i (5) prawda”<sup>8</sup>.

Nadanie relacjom edukacyjnym wymiaru dialogu niewątpliwie podnosi jakość owych relacji oraz ich skuteczność, humanizuje je. Najwyższym celem wychowania jest bowiem łączenie ludzi, tworzenie poczucia wspólnoty. Dialog może stanowić istotne narzędzie dokonywania zmian, właśnie dlatego, że właściwie pojęty

<sup>5</sup> TCHORZEWSKI A., *Teoria wychowania. Próba określenia przedmiotu i zadań badawczych*, [w:] Tchorzewski A. (red.), *Wychowanie w kontekście teoretycznym*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy, 1993, s. 27.

<sup>6</sup> RUTKOWIAK J., *Dialogowość jako idea przewodnia wychowania*, [w:] Rutkowiak J. (red.), *Pytanie, dialog, wychowanie*, Warszawa, Wydawnictwo PWN, 1992, s. 22–44.

<sup>7</sup> TCHORZEWSKI A.M., *Dialog jako forma wspomaganie w odkrywaniu wartości moralnych*, [w:] Janke A. (red.), *Pedagogiczna relacja rodzina – szkoła, dylematy czasu przemian*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy, 1995, s. 91.

<sup>8</sup> Tamże, s. 93.

niesie z sobą określone wartości, łącząc podmioty procesu wychowania. Brak tych wartości w relacji edukacyjnej jest wskaźnikiem braku podmiotowości, co znacznie ogranicza możliwości rozwoju jednostki, rodzi poczucie krzywdy, bezradności, lęku, osamotnienia. Stan taki przyczynia się do uruchomienia mechanizmów obronnych, których celem jest przetrwanie, a nie rozwój.

Dialogicznej formy kontaktu możemy nauczyć się głównie przez jej doświadczanie. Dlatego tak ważne w wychowaniu młodego pokolenia są kompetencje nauczycieli w tym właśnie zakresie. S. Kawula formułuje zasady wychowania stanowiące idee przewodnią pedagogiki spotkania i dialogu, a równocześnie budowania korzystnych relacji osobowych, sprzyjających rozwojowi drugiego człowieka. Możemy owe zasady, w kontekście powyższych rozważań na temat dialogu edukacyjnego, traktować również jako swoiste działanie profilaktyczne zapobiegające zjawiskom patologicznym, w tym agresji wśród dzieci i młodzieży. Pierwszą grupę stanowią zasady relacji, do których należą:

1. dualność, czyli wyłączenie między jednostkami lub jednostką a grupą, co oznacza, że nikt „trzeci” nie powinien wpływać na przebieg relacji ani na jej efekt;
2. obecność rozumiana jako otwartość na drugą osobę lub grupę;
3. dwustronność przejawiającą się w braku manipulacji i ukrytego programu oraz egoizmu;
4. jedność aktywności i pasywności relacji, co zapewnia równowagę podmiotom w niej pozostającym;
5. bezpośredniość i bliskość osób będących uczestnikami relacji.

Towarzyszą im zasady wspomagania, wśród których można wymienić:

1. zasadę dialogu – jej środkiem jest rozmowa (mówienie i słuchanie lub inne formy komunikacji niewerbalnej);
2. zasadę otwartości na informacje zwrotne – konieczną cechą relacji jest empatia i syntonია, jak również asertywność;
3. zasadę partnerstwa i uczciwości, a także tolerancji odmienności;
4. zasadę symetryczności, tj. równowagi aktywności i pasywności między podmiotami;
5. zasadę bliskości intelektualnej, jak również emocjonalnej i duchowej pomiędzy podmiotami relacji<sup>9</sup>.

Respektowanie tych zasad przez podmioty relacji edukacyjnych, w tym nauczycieli i rodziców, stanowi ważny warunek humanizacji relacji, budowania

---

<sup>9</sup> KAWULA S., *Edukacyjne właściwości...*, s. 17.

poczucia bezpieczeństwa, zapobiegania konfliktom i agresji, a także sprzyja samorozwojowi jednostki.

Warto uświadomić sobie, szczególnie w odniesieniu do relacji edukacyjnych, a z takimi mamy do czynienia w szkole, że człowiek, który nie jest traktowany podmiotowo, nie ma szansy na dialogiczną formę kontaktu, reaguje obronnie, „(...) prezentując zachowanie wycofujące się lub motywowane gniewem czy lękiem zachowanie agresywne manifestowane w mniej lub bardziej jawny sposób, a służące głównie ochronie obrazu własnego «ja»”<sup>10</sup>.

Wśród barier dialogicznych relacji edukacyjnych można wymienić:

- dość powszechną identyfikację wartości człowieka w szkole z inteligencją, a nawet jedynie z jego sferą poznawczą;
- położenie nacisku w procesie kształcenia głównie na sferę intelektualną, z jednoczesnym zaniedbywaniem sfery emocjonalno-wolucjonalnej;
- koncentrację nauczycieli na wymaganiach programowych, a nie na potrzebach, potencjałach i zainteresowaniach uczniów;
- formalizację wymagań i osiągnięć, co rodzi lęk przed porażką, blokuje zaspokajanie wielu potrzeb psychicznych, a przez to ogranicza rozwój, odbiera radość odkrywania świata;
- utożsamianie we współczesnym życiu społecznym, w tym również w szkole, sukcesu z często bezpardonową rywalizacją i pokonaniem innych;
- identyfikowanie szczęścia z gromadzeniem i posiadaniem dóbr materialnych, a nie z odnajdywaniem harmonii, sensu życia, bycia dla drugiego człowieka;
- nagradzanie przez szkolny system oceniania, nadal zbyt często, zgodności osiągnięć uczniów z oczekiwaniami nauczycieli, a nie wysiłku podejmowanego przez ucznia stosownie do jego możliwości;
- depersonalizację relacji, co może prowadzić do deprywacji podstawowych potrzeb człowieka takich jak potrzeba bezpieczeństwa, akceptacji, znaczenia, co z kolei prowadzi do uruchamiania mechanizmów obronnych, rodzi bierność, apatię, wycofanie się lub agresję<sup>11</sup>;
- niedostatki w zakresie umiejętności komunikacyjnych wszystkich podmiotów edukacyjnych.

---

<sup>10</sup> KOZUBSKA A., *Brak dialogu edukacyjnego a agresja i alkoholizm młodzieży*, [w:] Moździerz A., Rusiecki J. (red.), *Człowiek w relacjach edukacyjnych*, Olsztyn, Wydawnictwo Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, 1999, s. 129.

<sup>11</sup> KOZUBSKA A., *Humanizacja relacji edukacyjnych jako czynnik wspierający proces integracji*, [w:] Dykcik W., Kosakowski Cz., Kuczyńska-Kwapisz J. (red.), *Pedagogika specjalna szansą na realizację potrzeb osób z odchyleniami od normy*, Olsztyn–Poznań–Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego, 2002, s. 159.

## Pojęcie i typologia agresji

Problematyka agresji<sup>12</sup> jest przedmiotem zainteresowań różnych dyscyplin naukowych: pedagogiki, psychologii, kryminologii, etyki, socjologii i innych. Każda z nich podejmuje próby zdefiniowania tego terminu, a jego złożoność znajduje odzwierciedlenie w różnorodności definiowania pojęć. Niektórzy autorzy oddzielają pojęcie agresji od pojęcia przemocy, inni stosują je zamiennie. Ze względu na ograniczone ramy wypowiedzi nie będę analizowała tych definicji, a w dalszej części rozważań będę używała zarówno pojęcia agresji, jak i przemocy, mając świadomość zróżnicowanych poglądów na temat ich definiowania. Obszerna literatura przedmiotu prezentuje znaczenie, zakres, a zarazem wielowymiarowość tego zjawiska<sup>13</sup>.

Dla niniejszych rozważań przyjmuję stanowisko, w którym za agresję uważa się pewną kategorię zachowań, „(...) których wspólną cechą jest zadawanie bólu, krzywdy i cierpienia drugiemu człowiekowi”<sup>14</sup>. Czyli gdy „(...) jednostka zachowuje się względem drugiej w sposób przynoszący szkodę, a zarazem wykazuje intencję szkodenia”<sup>15</sup>. Z wychowawczego punktu widzenia uwzględnianie intencji w ocenie czyjegoś zachowania jest bardzo ważne. Brak tego rozpoznania przez dorosłych w stosunku do dzieci i młodzieży może prowadzić do błędnych decyzji i karania, które nie ma wymiaru wychowawczego, bowiem oparte jest na poczuciu niesprawiedliwości i krzywdy ukaranego.

Analiza literatury przedmiotu wskazuje również na zróżnicowane typologie rodzajów agresji. W zależności od przyjętych kryteriów wyodrębnia się agresję fizyczną, psychiczną, seksualną; werbalną i niewerbalną; bezpośrednią i pośrednią (instrumentalną) i inne.

Szczególnie przydatny do badania przejawiania zachowań agresywnych wśród młodzieży wydaje się podział A.H. Bussa (zapisany w kwestionariuszu do badania agresywności A.H. Bussa i A. Durkee „Nastroje i humory”, w adaptacji i opracowaniu Mieczysława Choynowskiego), w którym wyróżnia się następujące ich rodzaje:

---

<sup>12</sup> Podjętą w rozdziale problematykę agresji odnajdujemy również w następujących publikacjach autorki: KOZUBSKA A., *Agresja młodzieży gimnazjalnej – w poszukiwaniu źródeł*, [w:] Gwoździcka-Piotrowska M., Zduniak A. (red.), *Edukacja w społeczeństwie ryzyka. Bezpieczeństwo jako wartość*, Poznań, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa, 2006, s. 191–201; KOZUBSKA A., *Rodzinnie uwarunkowania agresji młodzieży – dylematy bezradności*, [w:] Janke A.W. (red.), *Wychowanie rodzinne w teorii i praktyce. Rozwój pedagogicznej orientacji familiologicznej*, Toruń, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2008, s. 163–174.

<sup>13</sup> Analizę definicji agresji i przemocy odnajdujemy m.in. w następujących pozycjach: POSPISZYL I., *Przemoc w rodzinie*, Warszawa, WSiP, 1994; RANSCHBURG J., *Lęk, gniew, agresja*, Warszawa, WSiP, 1993; DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci – szkoła porozumienia*, Warszawa, WSiP, 2002.

<sup>14</sup> BARTKOWICZ Z., *Pomoc terapeutyczna nieletnim agresorom i ofiarom agresji w zakładach resocjalizacyjnych*, Lublin, AWH Antoni Dudek, 2001, s. 34.

<sup>15</sup> Tamże, s. 42.

1. *agresywność (napastliwość fizyczna)* – to skłonność do fizycznego atakowania innych;
2. *agresywność (napastliwość słowna)* – polega na szkodzeniu innym i ranieniu ich poprzez treść i formę wypowiedzi oraz sposób wypowiadania się; treść agresywnych wypowiedzi stanowią groźby, przekleństwa, zjadliwa krytyka;
3. *negatywizm* – jako zachowanie polegające na przeciwstawianiu się innym osobom, zazwyczaj autorytetom, buntowanie się, niereagowanie na polecenia, prośby;
4. *podejrzliwość* – jest to rzutowanie własnej wrogości na inne osoby, ujawnianie nieufności, przekonanie, że inni pragną nas krzywdzić;
5. *uraza* – jej charakterystycznym objawem jest gniew spowodowany złym traktowaniem (rzeczywistym bądź urojonym), jak również skłonność do pretensji, domagania się czegoś, skarżenia;
6. *drażliwość, skłonność do irytacji* – jest gotowością do reagowania silnymi, agresywnymi uczuciami na najmniejszą prowokację;
7. *poczucie winy* – traktuje się jako odrębną kategorię niewchodzącą do ogólnego poziomu agresji, wyraża się ono w przeżywaniu wyrzutów sumienia nawet za drobne „przewinienia”, popadanie w przygnębienie<sup>16</sup>.

Warto się zastanowić, jakie podmioty w szkole, na jakim etapie rozwoju najczęściej prezentują przedstawione rodzaje agresji. Refleksyjny nauczyciel dostrzeże przejawy tych agresywności nie tylko wśród uczniów, ale również wśród innych pracowników szkoły, w tym nauczycieli. Dostrzeżenie jej u siebie wymaga wysokiego poziomu samoświadomości, gotowości wglądu we własne emocje, respektowania opinii innych, a to wydaje się znacznie trudniejsze. Szkoła bowiem jest zarówno terenem, na którym agresja uczniów się ujawnia, jak i miejscem, w którym się ją generuje. Jej źródłem są również zachowania nauczycieli. Relacja między nauczycielem a uczniem, rodzicem a dzieckiem zawsze jest interakcją. Warto sobie zadać pytanie, na ile respektowane są przez wszystkie podmioty, a szczególnie przez dorosłych, wspomniane wyżej zasady poprawnych relacji międzyludzkich.

### Przyczyny agresji

Badanie skali zjawiska agresji, próby jego zdefiniowania i typologii, nieuchronnie prowadzą nas w kierunku pytania o etiologię agresji. Jeśli bowiem mamy podejmować skuteczne próby zapobiegania agresji lub zmniejszania jej skali i nasile-

---

<sup>16</sup> SIEK S., *Wybrane metody badania osobowości*, Warszawa, Wydawnictwo Akademii Teologii Katolickiej, 1983, s. 337–338; KOZUBSKA A., *Agresja młodzieży...*

nia, musimy umieć odpowiedzieć sobie na pytanie o jej przyczyny. Istnieją różne podejścia naukowe, które starają się wyjaśnić genezę zjawiska agresji. Wydaje się, iż żadne z nich nie daje wyczerpującej odpowiedzi na postawione pytania, a złożoność tego zjawiska wymaga uwzględniania różnych koncepcji etiologicznych: zarówno tych, które zakładają genetyczne przyczyny agresji (instynkt walki), jak i tych, które traktują agresję jako reakcję na frustrację, następstwo nabytego popędu czy nawyku (zachowania wyuczonego)<sup>17</sup>. W rozważaniach pedagogicznych, a z takimi mamy tutaj do czynienia, szczególne znaczenie przypisuje się w ostatnich latach koncepcjom, według których agresja ma pochodzenie społeczne, jest rezultatem uczenia się. Zgodnie z tym założeniem warunkiem zaistnienia agresji „(...) jest obecność w otoczeniu człowieka czynników ją facylitujących (np. aprobaty innych osób), a także zajście określonych procesów poznawczych w umyśle potencjalnego agresora. (...). Otoczenie człowieka obfituje, niestety, zarówno w powody do zachowań agresywnych, jak i w czynniki je facylitujące. Agresja może stanowić narzędzie do zdobywania czegoś (agresja instrumentalna), może być odpowiedzią na prowokację, sposobem reakcji w niekorzystnej sytuacji. Podłoże zachowania agresywnego mogą stanowić negatywne emocje (agresja emocjonalna). Możemy także mówić o nieemocjonalnym podłożu agresji. Pojawia się ona wówczas, gdy zachowanie agresywne jawi się jako efekt obserwowania zachowań innych osób”<sup>18</sup>.

Zjawisko agresji jest złożone i wielorako uwarunkowane. Często możemy mówić o całym łańcuchu przyczyn zachowań agresywnych. Uświadomienie sobie wielości obszarów sprzyjających powstawaniu agresji: czynniki psychofizyczne, właściwości środowiska społecznego, zaburzenia procesu socjalizacji z jednej strony może przygnębiać, ponieważ na część z nich nie mamy bezpośredniego wpływu, ale z drugiej strony jest konieczne, aby poprawnie diagnozować i skutecznie oddziaływać, bez uproszczeń i stereotypów.

Badacze przyczyn agresji wskazują na następujące:

1. uwarunkowania socjalizacyjno-kulturowe:
  - a) poziom wyrażania w kulturze, nauce, sztuce i edukacji takich wartości osobowych jak: życie ludzkie, godność i szacunek, współpraca, lojalność, sprawiedliwość czy równość;
  - b) poziom urzeczywistnienia tych wartości w życiu codziennym, czyli przede wszystkim w relacjach interpersonalnych na wszystkich poziomach życia społecznego;

<sup>17</sup> ZIMBARDO P.G., RUCH F.L., *Psychologia i życie*, Warszawa 1997, s. 582–588.

<sup>18</sup> MIŁKOWSKA-OLEJNICZAK G., *Przeciwko „wychowaniu do agresji” – czyli o potrzebie i sposobach działania na rzecz zapobiegania agresywności młodego pokolenia*, [w:] Sajdak A. (red.), *Edukacyjna wspólnota na rzecz społeczeństwa dla wszystkich*, Kraków, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2005, s. 29.

- c) poziom przestrzegania norm chroniących te wartości, wyrażający się brakiem przyzwolenia na zachowania nacechowane agresją i przemocą;
  - d) jakość i siła więzi emocjonalnych pomiędzy członkami danej społeczności;
  - e) jakość systemu edukacyjnego w aspekcie osiągania efektów osobowościowego rozwoju młodego pokolenia;
  - f) społeczna aprobata na agresję fizyczną i werbalną w rozwiązywaniu ważnych problemów, konfliktów;
  - g) ilość i jakość wzorców zachowań nacechowanych agresją, prezentowanych w środkach masowego przekazu oraz przez osoby uznane jako autorytet;
2. uwarunkowania wychowawcze, obejmujące przede wszystkim relacje w szkole i w domu, które cechują się:
    - a) niskim poziomem przygotowania i kompetencji do pełnienia swoich ról, dotyczy to zarówno nauczycieli, jak i rodziców;
    - b) stosowaniem różnych form agresji w relacjach interpersonalnych;
    - c) słabą więzią emocjonalną pomiędzy dziećmi, nauczycielami i rodzicami;
    - d) metodami wychowawczymi pozwalającymi na system karania oparty na agresji fizycznej, werbalnej i psychicznej;
    - e) niskimi kompetencjami moralnymi rodziców i nauczycieli;
    - f) zaburzoną strukturą rodziny;
  3. uwarunkowania osobowościowe, głównie te, które uniemożliwiają realizowanie regulacyjnej funkcji osobowości:
    - a) niezaspokojenie podstawowych potrzeb, takich jak: bezpieczeństwo, miłość, poważanie;
    - b) wysoki poziom lęku;
    - c) nieumiejętność radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, stresogennych;
    - d) niski poziom poczucia sensu życia;
    - e) niski poziom rozwoju moralnego;
    - f) zaburzona hierarchia wartości, przejawiająca się w przedmiotowym traktowaniu osób, a upodmiotowionym – rzeczy i zdarzeń;
    - g) niska samokontrola wewnętrzna<sup>19</sup>.

Zachowaniom agresywnym sprzyja również:

- poczucie opuszczenia lub/i upokorzenia,
- poczucie zagrożenia i bezsilności,

---

<sup>19</sup> OSTROWSKA K., *Agresja i przemoc w polskiej szkole – diagnoza zjawiska*, „Niebieska Linia” 2003, nr 4, s. 27.



- powiększające się we współczesnym świecie poczucie samotności,
- niski poziom inteligencji emocjonalnej (IE),
- brak umiejętności radzenia sobie z frustracją i złością.

Istnieje zależność między przeżywaniem złości – zachowaniami agresywnymi – a przemocą. W zamkniętych środowiskach, a takie stanowi szkoła, jeśli dużo osób przeżywa złość i napięcie, to jest duże prawdopodobieństwo, że znajdą one ujście w zachowaniach agresywnych.

Agresja w różnych formach i nasileniu występuje w każdej szkole. Bywa ona również nazywana przemocą rówieśniczą. Są to zachowania nasycone agresją i groźbą, skierowane najczęściej do innych uczniów, głównie tych, którzy są słabsi fizycznie lub psychicznie, gorzej sobie radzą w grupie, charakteryzują się odmiennością, w tym niepełnosprawnością. Częściej dotyczy ona relacji pomiędzy jednostką a grupą. Przemoc rówieśnicza jest trudna do wykrycia ponieważ ofiary są przeważnie zastraszane, towarzyszy im poczucie bezradności i przekonanie, że dorośli nie bardzo są w stanie im pomóc. Na podstawie badań można wyodrębnić cztery formy przemocy rówieśniczej. Są to: „bezpośrednia napaść fizyczna, atak fizyczny bez kontaktu (niszczenie rzeczy osobistych), przemoc słowna i niechciane zachowania seksualne”<sup>20</sup>. Badania na temat przemocy w szkole, a szczególnie w późniejszym okresie młodzieńczym, na etapie szkół ponadgimnazjalnych, wskazują, że zjawisko to utrzymuje się w tych placówkach, a nękanie seksualne w przypadku kobiet jest częstsze niż w szkołach gimnazjalnych<sup>21</sup>.

### **Przeciwdziałanie agresji i zasady reagowania**

Identyfikowanie ofiar przemocy w środowisku szkolnym stanowi jeden z elementów jej rozpoznawania. Istnieje kilka czynników ryzyka sprzyjających przyjmowaniu roli ofiary, są to między innymi:

- brak pewności siebie,
- nieśmiałość i wycofanie z relacji,
- trudności w nawiązywaniu kontaktów z rówieśnikami,
- u chłopców – niska sprawność fizyczna.

---

<sup>20</sup> BARTER CH., *Przemoc rówieśnicza w domach dziecka*, [w:] Monks C.P., Coyne I. (red.), *Przemoc i mobbing w szkole, w domu, w miejscu pracy*, red. naukowa pol. wyd. M. Gamian-Wilk, tłum. M. Guzowska, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012, s. 85.

<sup>21</sup> SWEARER S.M., ESPELAGE D.L., NAPOLITANO S.A., *Zjawisko przemocy w szkołach podstawowych, gimnazjach i szkołach średnich*, [w:] tychże, *Przemoc rówieśnicza. Zapobieganie i interwencja. Skuteczne strategie dla szkół*, Warszawa, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, PARPA, 2010, s. 26.

W indywidualnej rozmowie z ofiarą przemocy nauczyciel powinien przestrzegać następujących zasad:

- należy pozwolić uczniowi opowiedzieć o tym, co go spotkało, bez nadmiernego wypytywania, rozmowa nie ma być przesłuchaniem;
- należy wystrzegać się oceniania;
- wskazane jest okazanie zrozumienia dla przeżywanych przez ucznia emocji i przejawianych zachowań, nawet jeśli były nieracjonalne w ocenie nauczyciela;
- trzeba docenić stosowane dotychczas przez ucznia sposoby radzenia sobie z zaistniałą sytuacją;
- należy poinformować go o działaniach, jakie zamierza się podjąć i ustalić wspólnie dalsze kroki służące rozwiązaniu problemu<sup>22</sup>.

Przemoc rówieśnicza dotyczy dwóch stron: ofiary przemocy i sprawcy. Zadaniem nauczyciela służącym rozwiązaniu problemu jest praca zarówno z jedną, jak i drugą stroną. Niekiedy sprawcy sami są lub byli ofiarami przemocy domowej. Agresja stanowi zagrożenie zarówno dla rozwoju ofiar agresji, jak i agresorów. Ta świadomość powinna przyświecać nauczycielowi w podejmowanych przez niego działaniach.

Uczniowie będący sprawcami przemocy według D. Olweusa najczęściej są:

- silniejsi i sprawniejsi fizycznie;
- potrafiący podporządkować sobie innych, aktywni i energiczni;
- impulsywni, łatwo wpadający w gniew;
- nieprzestrzegający reguł i norm;
- pewni siebie;
- często wpadający w złe towarzystwo, dość wcześnie rozpoczynający picie alkoholu, wchodzący w konflikt z prawem;
- często buntujący się przeciw dorosłym;
- nieprzejawiający empatii, poczucia wstydu i winy<sup>23</sup>.

Postępowanie wobec agresorów zaczyna się od powstrzymania ich agresywnych zachowań, doprowadzenia do wzięcia przez sprawcę odpowiedzialności za swoje zachowanie, co wymaga zrozumienia jego szkodliwości oraz naprawienia ewentualnych szkód. Jeśli te zachowania się powtarzają lub sprawca nie przejawia poczucia winy, nie bierze odpowiedzialności za nie, konieczna jest rozmowa interwencyjna. Przeprowadzając taką rozmowę, nauczyciel powinien pamiętać, aby:

---

<sup>22</sup> CZEMIEROWSKA-KORUBA E., KORUBA K., *Szkoła bez przemocy. Szkolny system przeciwdziałania agresji i przemocy. Poradnik dla nauczycieli*, Warszawa, Grupa Wydawnicza Polska Press, 2008, s. 39.

<sup>23</sup> Tamże, s. 26.

- „powstrzymać się od obwiniania, zawstydzania, grożenia i potępiania w trakcie całej rozmowy;
- wyjaśniając mu powody, mówić o faktach, konkretnych zachowaniach – nie uogólniać;
- pozwolić mu opowiedzieć o swojej sytuacji;
- powiedzieć mu, jakie złamał normy i zasady oraz kto i jaką szkodę poniósł w związku z jego zachowaniem;
- powiedzieć, jakie poniesie konsekwencje (powinny być one powiązane z tym, co zrobił i zmierzać w kierunku naprawienia wyrządzonej szkody lub krzywdy; sposób, w jaki to robi, może być ustalony wspólnie z pokrzywdzonym);
- powiedzieć o dalszych krokach, jakie zamierza podjąć;
- podpisać ewentualnie ze sprawcą pisemny kontrakt określający jego zobowiązania oraz konsekwencje, jakie poniesie w przypadku niedotrzymania zawartej umowy;
- umówić się z nim na następne spotkanie w celu skontrolowania przestrzegania zawartych umów”<sup>24</sup>.

Skuteczność rozmowy interwencyjnej w dużej mierze zależy od tego, czy nauczyciel poprawnie ją przeprowadzi, czy zapanuje nad własnymi emocjami, nie ulegnie stereotypom. Dlatego warto do takiej rozmowy dobrze się przygotować i realizować ją zgodnie z zalecanymi etapami. Długofalowe postępowanie ze sprawcą powinno uwzględniać edukację dotyczącą budowania świadomości rozumienia problemu agresji i przemocy, a także uczenia innych, akceptowanych społecznie sposobów zaspokajania potrzeb i wyrażania emocji. Ograniczenie działań do karania sprawców jest niewystarczające i prowadzi do powtarzania lub nawet nasilania agresji. Uczeń przejawiający zachowania agresywne również potrzebuje akceptacji dorosłych i grupy rówieśniczej, a nauczyciel powinien w sposób świadomy organizować sytuacje, w których doznawanie akceptacji i przeżywanie sukcesu będzie przez tego ucznia możliwe.

Trudności w skutecznym przeciwdziałaniu i reagowaniu na agresję i przemoc w szkole wynikają z następujących czynników:

- braku wiedzy na temat tego zjawiska, a w związku z tym trudności w jego diagnozowaniu;
- niskiego poziomu umiejętności wychowawczych nauczycieli;
- konfliktów w gronie nauczycielskim i problemami z integracją wewnętrzną, ustalaniem wspólnego stanowiska i uzgodnionego sposobu działania;
- podejmowania działań raczej o charakterze akcyjnym, a nie systemowym,

---

<sup>24</sup> Tamże, s. 40.

opartego o rzetelną diagnozę i długofalowy plan oddziaływań profilaktycznych, wychowawczych i terapeutycznych;

- braku reagowania na każde zachowanie agresywne, tolerowania zachowań, mających tendencję do eskalowania;
- braku działania zespołowego, wymiany informacji<sup>25</sup>.

Profilaktyka zachowań agresywnych w szkole sprowadza się w dużej mierze do budowania w niej prawidłowego środowiska wychowawczego. Do warunków sprzyjających temu należy:

- podmiotowe traktowanie uczniów i nauczycieli, ważna jest rola dyrektora, nauczyciele nie powinni być obwiniani o trudności w pracy z uczniami, ale wspierani w rozwiązywaniu problemów i uzupełnianiu swoich kompetencji;
- spójność działań wszystkich nauczycieli, co zwiększa ich efektywność;
- ustalanie wspólnych zasad działania z rodzicami, jednolitość oddziaływań wychowawczych sprzyja ich skuteczności;
- sprawiedliwe ocenianie według jasnych kryteriów, przestrzeganych przez nauczycieli i uświadamianych uczniom przed procesem oceniania, a nawet uzgadnianych z nimi;
- przyjazne, etyczne otoczenie;
- sprawna organizacja życia szkolnego;
- jasne i czytelne normy współżycia, które są przestrzegane przez nauczycieli i uczniów;
- przyjazny nadzór nad bezpieczeństwem<sup>26</sup>;
- program wychowawczy uwzględniający działania kształtujące:
- nastawienia samokontrolne,
- gotowość do ponoszenia odpowiedzialności (która jednak zawsze powinna wiązać się z poczuciem wpływu),
- skłonność do traktowania sytuacji życiowych jako zadaniowych,
- świadomość przeżywanych emocji i prawa do ich przeżywania,
- umiejętności: komunikowania się, radzenia sobie z negatywnymi emocjami, reagowania w sytuacjach zagrażających;
- umiejętność podejmowania decyzji, w tym zdolność do wybierania pozytywnych, a nie negatywnych stylów życia,
- poczucie związku z grupą i odpowiedzialności za grupę, do której jednostka należy;
- zorganizowane sposoby fizycznego odreagowania napięć i złości.

---

<sup>25</sup> Tamże, s. 9.

<sup>26</sup> Tamże, s. 16.

W przypadku wystąpienia zachowania agresywnego ucznia zasady postępowania można sformułować następująco:

- reaguj zawsze na każde zachowanie agresywne,
- reaguj stanowczo,
- piętnuj zachowanie, a nie ucznia,
- odwołuj się do zasad,
- doprowadź do deeskalacji,
- zachęć do pozytywnego zachowania, mediuj,
- sprawdź skutki swojego działania.

Gdy dojdzie do wystąpienia agresji fizycznej, należy reagować zgodnie z następującymi zasadami:

- natychmiast przerwij agresywne zachowanie ucznia,
- jeśli to jest konieczne ze względu na bezpieczeństwo ucznia, użyj siły fizycznej, jednak tylko tyle ile jest niezbędne,
- szybko oceń sytuację i – jeśli to jest niezbędne – wezwij pomoc,
- używaj krótkich, czytelnych komunikatów, aby przerwać zachowanie agresywne ucznia,
- trzymaj kontakt wzrokowy z uczniem, nie prowokuj, ale też nie ustępuj,
- ustal przyczyny agresywnego zachowania, uwzględniając wyjaśnienia wszystkich stron konfliktu,
- zastosuj regulaminowe konsekwencje,
- upewnij się, czy uczniowie rozumieją związek konsekwencji ze swoim postępowaniem i z regulaminem.

Niestety nauczyciele nie zawsze odpowiadają na agresywne zachowania wykazywane przez ucznia. Do najczęściej popełnianych tym zakresie błędów nauczycieli należą:

- ignorowanie agresywnych zachowań, przysłowiowe „chowanie głowy w piasek”, które wynika z własnej niechęci do konfrontacji, braku umiejętności, braku gotowości do angażowania się w sytuacje trudne;
- uzewnętrznianie własnej frustracji, odpowiedź agresją na agresję;
- ośmieszanie ucznia i ubliżanie mu, co wzmacnia jego złość i agresję;
- niesprawiedliwy osąd sytuacji, kierowanie się pozorami (co powoduje, że bardziej wyrafinowane formy agresji pozostają nierozpoznane, a ich sprawcy bezkarni);
- kierowanie się własnymi emocjami, sympatiami i antypatiami;
- uleganie stereotypom, nadawanie uczniowi roli „tego złego”, co sprzyja działaniom zgodnym z rolą, a nie ograniczaniu ich;

- stosowanie odpowiedzialności zbiorowej;
- zagrożenie karą niewspółmierną do winy bądź karanie bez dokładnego rozpoznania sytuacji i udziału w niej poszczególnych osób.

### Podsumowanie

Skuteczne radzenie sobie z agresją w szkole wymaga od nauczycieli przyjęcia właściwej strategii wychowania. W polskich rodzinach przyjmowana jest najczęściej strategia wychowawcza zorientowana behawioralnie, polegająca na założeniu, że przestrzeganie norm wyznaczonych przez dorosłych to obowiązek dzieci i młodzieży niewymagający nagradzania, a złe zachowanie wymaga piętnowania. To prowadzi do przewagi kar nad nagrodami i dość wysokiej restrykcyjności<sup>27</sup>. Zarówno rodzice, jak i nauczyciele, najczęściej z powodu braku wiedzy, zbyt rzadko korzystają ze strategii humanistycznej, która, jak potwierdzają badania, jest lepsza dla rozwoju młodego człowieka. Nauczyciel powinien, znając siebie i swoich uczniów, korzystać ze strategii wychowawczej zorientowanej humanistycznie, preferującej dialog z uczniem i innymi podmiotami edukacyjnymi, co nie musi oznaczać całkowitej rezygnacji ze strategii behawioralnej. Prowadzenie rzeczywistego dialogu z uczniem obejmuje zarówno mówienie, jak i słuchanie, a nawet wspólne milczenie. Tam, gdzie zaufanie jest wyższe niż lęk, tam jednostki i grupy funkcjonują dobrze.

### BIBLIOGRAFIA

- BARTER CH., *Przemoc rówieśnicza w domach dziecka*, [w:] Monks C.P., Coyne I. (red.), *Przemoc i mobbing w szkole, w domu, w miejscu pracy*, red. naukowa pol. wyd. M. Gamian-Wilk, tłum. M. Guzowska, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2012.
- BARTKOWICZ Z., *Pomoc terapeutyczna nieletnim agresorom i ofiarom agresji w zakładach resocjalizacyjnych*, Lublin, AWH Antoni Dudek, 2001.
- CZEMIEROWSKA-KORUBA E., KORUBA K., *Szkoła bez przemocy. Szkolny system przeciwdziałania agresji i przemocy. Poradnik dla nauczycieli*, Warszawa, Grupa Wydawnicza Polska Press, 2008.
- DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci – Szkoła porozumienia*, Warszawa, WSiP, 2002.
- KAWULA S., *Edukacyjne właściwości relacji międzyludzkich*, [w:] Moździerz A., Rusiecki J. (red.), *Człowiek w relacjach edukacyjnych*, Olsztyn, Wydawnictwo Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, 1999.
- KAWULA S., *Edukacyjne właściwości relacji międzyludzkich*, [w:] Moździerz A., Rusiecki J. (red.), *Człowiek w relacjach edukacyjnych*, Olsztyn, Wydawnictwo Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, 1999.

---

<sup>27</sup> DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci...*, s. 62.

- KOZUBSKA A., *Agresja młodzieży gimnazjalnej – w poszukiwaniu źródeł*, [w:] Gwoździcka-Piotrowska, Zduniak A. (red.), *Edukacja w społeczeństwie ryzyka. Bezpieczeństwo jako wartość*, Poznań, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Bezpieczeństwa, 2006.
- KOZUBSKA A., *Brak dialogu edukacyjnego a agresja i alkoholizm młodzieży*, [w:] Możdziej A., Rusiecki J. (red.), *Człowiek w relacjach edukacyjnych*, Olsztyn, Wydawnictwo Olsztyńskiej Szkoły Wyższej, 1999.
- KOZUBSKA A., *Humanizacja relacji edukacyjnych jako czynnik wspierający proces integracji*, [w:] Dykciak W., Kosakowski Cz., Kuczyńska-Kwapisz J. (red.), *Pedagogika specjalna szansą na realizację potrzeb osób z odchyleniami od normy*, Olsztyn–Poznań–Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego, 2002.
- KOZUBSKA A., *Rodzinne uwarunkowania agresji młodzieży- dylematy bezradności*, [w:] Janke A.W. (red.), *Wychowanie rodzinne w teorii i praktyce. Rozwój pedagogicznej orientacji familiologicznej*, Toruń, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, 2008.
- KOZUBSKA A., KOC R., ZIÓŁKOWSKI P., *Nauczyciel w drodze do profesjonalizmu*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Gospodarki, 2014.
- KRÓL R., *Bezpieczeństwo szkolne jako wyzwanie edukacyjne*, [w:] Zduniak A, Kryłowicz M. (red.), *Edukacja dla bezpieczeństwa w rodzinie, szkole i pracy*, Warszawa–Poznań, Wydawnictwo ELIPSA, 2004.
- MILKOWSKA-OLEJNICZAK G., *Przeciwko „wychowaniu do agresji” – czyli o potrzebie i sposobach działania na rzecz zapobiegania agresywności młodego pokolenia*, [w:] Sajdak A. (red.), *Edukacyjna wspólnota na rzecz społeczeństwa dla wszystkich*, Kraków, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2005.
- OSTROWSKA K., *Agresja i przemoc w polskiej szkole – diagnoza zjawiska*, „Niebieska Linia” 2003, nr 4.
- POSPISZYL I., *Przemoc w rodzinie*, Warszawa, WSiP, 1994.
- RANSCHBURG J., *Lęk, gniew, agresja*, Warszawa, WSiP, 1993.
- RUTKOWIAK J., *Dialogowość jako idea przewodnia wychowania*, [w:] Rutkowiak J. (red.), *Pytanie, dialog wychowanie*, Warszawa, Wydawnictwo PWN, 1992.
- SIEK S., *Wybrane metody badania osobowości*, Warszawa, Wydawnictwo Akademii Teologii Katolickiej, 1983.
- SŁOWIK J., ZAJĄC M., *Agresja i przemoc w szkole*, Warszawa, Wydawnictwo Żak, 1987.
- SWEARER S.M., ESPELAGE D.L., NAPOLITANO S.A., *Zjawisko przemocy w szkołach podstawowych, gimnazjach i szkołach średnich*, [w:] Swearer S.M., Espelage D.L., Napolitano S.A., *Przemoc rówieśnicza. Zapobieganie i interwencja. Skuteczne strategie dla szkół*, Warszawa, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, PARPA, 2010.
- TCHORZEWSKI A., *Teoria wychowania. Próba określenia przedmiotu i zadań badawczych*, [w:] Tchorzewski A. (red.), *Wychowanie w kontekście teoretycznym*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy, 1993.
- TCHORZEWSKI A.M., *Dialog jako forma wspomagania w odkrywaniu wartości moralnych*, [w:] Janke A. (red.), *Pedagogiczna relacja rodzina – szkoła, dylematy czasu przemian*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy, 1995.

ZIMBARDO P.G., RUCH F.L., *Psychologia i życie*, Warszawa, PWN, 1997.

ZIÓLKOWSKI P., *Pedagogizacja rodziców potrzeby i uwarunkowania*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane Wyższej Szkoły Gospodarki, 2016.



## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Agresja i dialog w relacjach międzyludzkich.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Zrozumienie potrzeby i korzyści wynikającej z prawidłowych relacji międzyludzkich.

### 4. Cele szczegółowe:

- Uczniowie wyodrębnią czynniki warunkujące i skutki poprawnych i zakłóconych relacji międzyludzkich.
- Uczniowie doświadczą w trakcie ćwiczeń emocji związanych z prowadzeniem dialogu umożliwiającego mówienie, słuchanie i wspólne milczenie.
- Uczniowie podają przykłady zachowań agresywnych i wymieniają skutki tych zachowań dla ofiary, sprawcy i grupy.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Pojęcie, typologia i uwarunkowania zachowań agresywnych.
- Czynniki warunkujące poprawne relacje międzyludzkie.
- Rola dialogu w budowaniu poprawnych relacji międzyludzkich.
- Cechy sprawcy przemocy, ofiary i znaczenie zachowania grupy.
- Skutki poprawnych relacji opartych na dialogu i zrozumieniu oraz patologicznych opartych na lęku, złości i agresji.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Wykład wprowadzający
- „Burza mózgów”
- Dyskusja i autorefleksja
- Warsztaty – praca w parach i w grupie

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Prezentacja multimedialna do wykładu
- Duże arkusze papieru, pisaki
- Karteczki samoprzylepne

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Pojęcie, typologia i uwarunkowania zachowań agresywnych. Definicja dialogu
Metody realizacji	Wykład
Czas trwania	15 min
Materiały do zajęć	Prezentacja multimedialna przygotowana przez nauczyciela
Czynności prowadzącego	Wyjaśnia pojęcie agresji, jej przyczyny i rodzaje
Czynności uczestników	Słuchają wykładu i notują to, co ich zaskoczyło, co wykraczało poza ich rozumienie tego tematu
Uwagi realizacyjne	Wykład można poprzedzić pogadanką i wówczas różnice w pojmowaniu tych zagadnień przez uczniów i naukę można podsumować po wykładzie

Treści kształcenia	Cechy sprawcy przemocy i ofiary, rola zachowania grupy w sytuacji przejawiania zachowań agresywnych
Metody realizacji	Dyskusja, praca w grupach
Czas trwania	25 min
Materiały do zajęć	Duże arkusze papieru i kartki samoprzylepne
Czynności prowadzącego	Przekazuje instrukcje do wykonania zadania
Czynności uczestników	Każdy wypisuje na oddzielnych karteczkach samoprzylepnych po 3 cechy sprawcy i ofiary przemocy. Przylepiają karteczki na arkusz dużego papieru, porządkując w zbiory
Uwagi realizacyjne	Jeśli grupy pracują wolniej można podzielić zadania. Jedna grupa przygotowuje cechy sprawcy, druga cechy ofiary a trzecia znaczenie zachowania grupy

Treści kształcenia	Czynniki warunkujące poprawne relacje międzyludzkie
Metody realizacji	Burza mózgów
Czas trwania	15 min
Materiały do zajęć	Przygotowana przez nauczyciela plansza lub slajd

Czynności prowadzącego	Zapisuje pomysły zgłaszane przez uczniów na tablicy, kieruje nadawaniem rangi poszczególnym pomysłom
Czynności uczestników	Zgłaszają pomysły dotyczące czynników warunkujących poprawne relacje międzyludzkie
Uwagi realizacyjne	Po zakończeniu burzy mózgów nauczyciel pokazuje slajd przygotowany na podstawie literatury przedmiotu

Treści kształcenia	Czynniki warunkujące poprawne relacje międzyludzkie
Metody realizacji	Dyskusja i autorefleksja
Czas trwania	10 min
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją wzbudzając autorefleksję
Czynności uczestników	Dyskutują, zastanawiając się dlaczego nadali taką rangę poszczególnym czynnikom i dlaczego niektórych nie uwzględnili

Treści kształcenia	Rola dialogu w budowaniu poprawnych relacji międzyludzkich
Metody realizacji	Praca w zespołach – metoda symulacyjna
Czas trwania	20 min
Czynności prowadzącego	Dzieli klasę na zespoły po ok. 10 osób
Czynności uczestników	Przygotowują i przeprowadzają w zespołach po 2 scenki odzwierciedlające relacje oparte na dialogu

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć i autorefleksja
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	5 min
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją uczniów
Czynności uczestników	Podsumowują czego się nauczyli i jak ta wiedza może być wykorzystana w praktyce
Uwagi realizacyjne	Każda z przedstawionych części lekcji może stanowić odrębną całość, lekcję

**9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:**

- Obserwacja uczniów i ich wzajemnych relacji.
- Zadanie domowe, np. opisanie 2 przykładów ze swojego życia relacji opartych na dialogu i relacji opartych na lęku i agresji.

Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## PRZECIWDZIAŁANIE AGRESJI I PRZEMOCY W SZKOLE

### Wprowadzenie

Agresja i przemoc, nie tylko szkolna, to tematy żywo dyskutowane we współczesnym społeczeństwie. Poświęca się im coraz więcej uwagi zarówno w pracach naukowych, jak i w środkach masowego przekazu. Zjawiska te napotykamy niemal codziennie, na różnych płaszczyznach życia. Z agresją możemy zetknąć się w domu rodzinnym, w szkole, w pracy. Sprzyja temu kryzys wartości i autorytetów, osłabienie więzi rodzinnych. Dodatkowo agresywne wzorce upowszechniają i promują środki masowego przekazu, które zamiast potępiać negatywne zachowania, często je nagłaśniają w poszukiwaniu sensacji. Zachowania agresywne pojawiają się dziś nie tylko w świecie ludzi dorosłych, lecz coraz częściej także wśród dzieci i młodzieży. Z przyczyn oczywistych budzi to duże zaniepokojenie społeczne z powodu skali i drastyczności zjawiska. Powszechnie słyszy się, że młodzi ludzie są coraz bardziej agresywni i sami częściej stają się ofiarami lub świadkami agresji i przemocy. Coraz więcej czynów przestępczych dokonywanych jest na terenie szkoły, a więc w placówkach, które zostały powołane do kształcenia i wychowania. Rejestr zagrożeń ciągle wzrasta, a skala zjawiska wciąż się zwiększa. Statystyki wykroczeń uczniów w skali globalnej są alarmujące i niepokojące. Dawniej zjawisko przemocy w szkole występowało sporadycznie, obecnie przemoc rozprzestrzenia się niebywale szybko i przyjmuje najróżniejsze oblicza. Może być nadużyciem siły wobec słabszych, przejawiać się arogancją w stosunku do rówieśników i nauczycieli lub przyjmować formy presji psychicznej.

Agresja i przemoc przepełnia dziś szkołę, zagrożeni przemocą czują się zarówno uczniowie, jak i nauczyciele. Nauczyciele przestali być nietykalni, uczniowie coraz częściej podnoszą na nich rękę. Ma prawo nas niepokoić również nieświadomość wielu rodziców co do losu swojego dziecka w szkole i dominujący u nich gniew na nieudolną wychowawczo szkołę. Z kolei podlegający ciągłej erozji autorytet nauczycieli powoduje, że czują się oni osamotnieni, bezradni często ograni-

czeniu w swoich prawach. Najczęstszą reakcją uczniów na przemoc wobec własnej osoby lub innych osób jest brak jakiegokolwiek działania. Fakt ten wychodzi na jaw, kiedy przejawy agresji są już bardzo znaczące. Wielu uczniów nie rozmawia na ten temat z rodzicami, jeszcze rzadziej nauczyciele skarżą się kolegom w obawie przed negatywnymi konsekwencjami lub z braku nadziei na konstruktywną pomoc. Brak współpracy między środowiskami nauczycieli, rodziców i uczniów przyczynia się tylko do pogłębiania skali agresji<sup>1</sup>.

### Pojęcie przemocy i jej rodzaje

*Słownik języka polskiego* zjawisko przemocy definiuje w następujący sposób „siła przeważająca czyjąś siłę, fizyczna przewaga wykorzystywana do czynów bezprawnych dokonywanych na kimś; narzucona bezprawnie władza, panowanie; czyny bezprawne, dokonywane z użyciem fizycznego przymusu; gwałt”<sup>2</sup>. Z kolei definicja przemocy w szkole jest przedmiotem debaty w literaturze fachowej. Wielu autorów uważa, że przemoc szkolna to „zachowania agresywne”, niemniej jednak odróżnienie przemocy w szkole od agresji musi ujmować element nierównowagi między sprawcą a jego ofiarą. Więc przemoc należy rozumieć jako zachowanie celowe, szkodliwe, powtarzające się, skierowane ku osobie słabszej fizycznie lub psychicznie<sup>3</sup>.

Przykładem takiej definicji jest ta zaproponowana przez Irenę Pospiszył: „przemocą są wszelkie nieprzypadkowe akty godzące w osobistą wolność jednostki lub przyczyniające się do fizycznej, a także psychicznej szkody osoby, wykraczające poza społeczne zasady wzajemnych relacji”. Pierwotnie za przemoc uważano nadużycie siły. Obecnie przyjmuje się, że przemoc to takie zachowania jednostki lub grupy, w wyniku których inne osoby ponoszą uszczerbek na ciele lub w zakresie funkcji psychicznych. Jest to zachowanie agresywne i jednocześnie destruktywne w stosunku do innej osoby lub grupy osób. Tak rozumiana przemoc w coraz większym stopniu jest obecna w życiu współczesnego człowieka. Pojawia się nie tylko w szkole, ale również w rodzinie, zakładzie pracy, życiu społeczno-politycznym<sup>4</sup>.

Inna definicja opisuje przemoc od strony jej skutków z punktu widzenia ofiary, na którą jest skierowana: „jako przemoc będziemy rozumieć takie wywieranie

---

<sup>1</sup> PUFAL-STRUZIK I., *Agresja i przemoc w szkole*, Kielce, Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP Spółka z o.o., 2007, s. 5–7.

<sup>2</sup> KOPALIŃSKI W., *Słownik języka polskiego*, Warszawa, wyd. PWN, 1979, s. 986.

<sup>3</sup> SWEARER S.M., *Przemoc rówieśnicza. Zapobieganie i interwencje*, Warszawa, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, 2010, s. 24–25.

<sup>4</sup> POSPISZYŁ I., *Przemoc szkolna*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 1998, s. 14.

wpływu na ludzi, w wyniku którego ich aktualny poziom rozwoju somatycznego i duchowego jest mniejszy niż potencjalny poziom tego rozwoju”. Przemoc może mieć charakter instrumentalny, czyli być środkiem do realizacji określonych celów. Może mieć również charakter bezinteresowny – powodować zadowolenie z faktu znęcania się nad innymi. Często okrucieństwo jest traktowane jako możliwość dobrej zabawy i zaspokojenia potrzeby doznawania przyjemności<sup>5</sup>.

### Klasyfikacja form przemocy

W pozycjach książkowych proponowanych jest wiele podziałów i klasyfikacji form przemocy. Przy podziale przemocy na przemoc fizyczną i przemoc psychiczną uwaga skupiona jest na charakterystyce samego czynu, samego wpływu stanowiącego istotę przemocy. Przemoc fizyczna oznacza wszystkie celowe formy zachowań, w konsekwencji których ofiara doznała bólu i cierpienia. Z przemocą fizyczną mamy do czynienia, gdy dochodzi do bicia, zadawania bólu, izolowania w ciasnej przestrzeni. Przemoc emocjonalna, psychiczna występuje w sytuacjach, gdzie stosunki interpersonalne ulegają patologizacji. Przejawia się brakiem szacunku, któremu towarzyszy poniżanie, ośmieszanie, wyzywanie, straszenie strony podporządkowanej. Objawami fizycznymi są różnego rodzaju obrażenia i uszkodzenia ciała, a nawet trwałe ubytki zdrowia. Objawy emocjonalne to wzrost lęku, niepokój, wzmożona czujność, wzrost napięcia emocjonalnego, zmienność nastroju, niska samoocena, poczucie odrzucenia, depresja, skłonność do izolacji, słaba kontrola emocji, impulsywność. Objawy emocjonalne często ujawniają się później, długo po ustąpieniu przemocy, w obliczu stresu sytuacyjnego lub jakiegoś problemu. Mogą się rozwijać stopniowo w postaci bardziej zakamuflowanej (np. fobii, skłonności depresyjnych). Objawem doświadczenia przez jednostkę przemocy skierowanej na jej osobę jest również odwet, wzrost agresywności w stosunku do otoczenia. Objawami społecznymi są np. nieufność wobec innych, niekontrolowane wybuchy złości, nieumiejętność nawiązywania kontaktu, wrogość, wyuczona bezradność, spadek poczucia kompetencji<sup>6</sup>.

Biorąc pod uwagę stan emocji sprawców przemocy, można wyróżnić przemoc spontaniczną i instrumentalną. Przemoc spontaniczna, określana też jako gorąca, charakteryzuje się złością, gniewem, furią, agresją oraz różnego rodzaju formami ekspresji, takimi jak: krzyki, rękoczynny, impulsywny zachowanie, gwałtowne zadawanie bólu. U jej podstaw leży furia, która rodzi się z niemocy i frustracji. Do wyzwolenia z kolei przemocy instrumentalnej (chłodnej) niepotrzebna jest furia,

---

<sup>5</sup> KONDZIELA J., *Badania nad pokojem, teoria i jej zastosowanie*, Warszawa, wyd. Odiss, 1974, s. 62.

<sup>6</sup> KRAKOWSKA M., CZARNECKA W., *Przemoc w szkole*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 1998, s. 26.

gniew czy intencja zaszkodzenia komuś. Najistotniejszy w tym rodzaju jest cel, który sprawca chce osiągnąć. Chłodna przemoc to realizacja celu, często uważa się ją za usprawiedliwioną. Wyłania się ona z działań podejmowanych z pewną premedytacją. Bardzo często te działania mają pozytywne cele: przestrzeganie pewnych reguł; realizowanie jakiejś filozofii, wiary, ideologii; czyjeś dobro<sup>7</sup>.

Przemoc interpersonalna, inaczej: przemoc bezpośrednia, jest odczuwalna i postrzegana przez podmiot jako czynność użycia przeważającej siły fizycznej bądź jako opresja psychiczna czy wreszcie jako stan zależności. Realizacja elementarnych potrzeb i interesów zależy od podporządkowania się innemu podmiotowi. Jest to przemoc dokonująca się w bezpośrednich relacjach międzyludzkich. Przemoc strukturalna (pośrednia) stanowi przeciwieństwo przemocy bezpośredniej; nie musi zawierać fizycznego ataku, zamiaru fizycznej napaści czy psychicznego zranienia. Często odbiera się ją jako coś naturalnego. Znaleźć ją można w strukturach społecznych, politycznych, kulturowych – stanowi rodzaj ukrytej przemocy, z trudem dostrzeganej przez ludzi zanurzonych w tych strukturach<sup>8</sup>.

### **Zjawisko agresji i rodzaje zachowań agresywnych**

W *Słowniku pedagogicznym* agresja zdefiniowana jest jako „działanie skierowane przeciwko ludziom lub przedmiotom wywołującym u osobnika niezadowolone lub gniew. Celem agresji jest wyrządzenie szkody przedmiotowi agresji”<sup>9</sup>. Natomiast z punktu widzenia psychologicznego „agresja jest to forma inicjowanego ataku wyrządzającego szkody fizyczne lub moralne określonym osobom lub grupom społecznym”<sup>10</sup>.

Przyczyny agresji mogą być różne. Najczęściej jest ona skierowana na zewnątrz, na inne osoby – mamy wtedy do czynienia z agresją fizyczną bądź słowną. Agresja fizyczna może przybierać formę zachowań napastliwych lub destruktywnych, o bezpośrednim lub pośrednim charakterze. Ujawnia się w postaci otwartej napaści na drugą osobę lub zniszczenia cudzej własności. Agresja słowna z kolei może przybierać formę wypowiedzi napastliwych, szkodzących i poniżających. Przejawia się w postaci odrzucenia, groźby; może być wyrażona również poprzez ośmieszanie czy poniżanie danej osoby. Znacznie rzadziej zdarza się, że agresja jest kierowana na własną osobę (do wewnątrz). Taka oso-

---

<sup>7</sup> SWEARER S. M., op. cit., s. 85–91.

<sup>8</sup> Ibidem, s. 85–91.

<sup>9</sup> OKOŃ W., *Słownik pedagogiczny*, Warszawa, wyd. PWN, 1984, s. 17.

<sup>10</sup> DĄBKOWSKA M.I., DĄBKOWSKI M.R., *Zastraszanie i przemoc szkolna*, Toruń, wyd. UMK, 2010, s. 21.



ba niszczy sama siebie, poprzez samokrytykę, samoponiżenie, samookaleczenie doprowadza do autodestrukcji<sup>11</sup>.

Rozróżnić można także agresję wrogą (emocjonalną) i instrumentalną. Agresję wrogą poprzedza gniew, jest wywołana złością, która wymyka się spod kontroli. Jej celem jest zadanie bólu lub zranienie. Zachowania agresywne mogą zostać wzmocnione przez oglądanie pożądanego efektu – bólu i cierpienia ofiary. Agresja instrumentalna jest działaniem na czyjąś szkodę zmierzającym do osiągnięcia jakiegoś nieagresywnego celu. Jest to działanie podejmowane z premedytacją. Efektem agresji instrumentalnej może być również ból i zranienie, ale nie stanowi to w tym przypadku celu podjętego działania.

Mężczyźni i kobiety różnią się skłonnościami do agresji emocjonalnej i instrumentalnej. U kobiet agresja częściej służy wyładowaniu złości, podczas gdy mężczyźni traktują ją jako narzędzie, za pomocą którego można podporządkować sobie innych<sup>12</sup>. Często też widać różnicę w rodzaju stosowanej przemocy – kobiety częściej stosują przemoc psychiczną, wyrządzają krzywdę emocjonalną. Natomiast dla mężczyzn charakterystyczna jest przemoc fizyczna.

Ekstremalną formą agresji jest okrucieństwo. Jest to działanie niszczące fizycznie lub psychicznie żywą istotę, w sposób szczególnie gwałtowny lub wymyślny. Okrucieństwo może pojawiać się jako efekt nienawiści, która ma swoje źródło w poczuciu krzywdy, niesprawiedliwości, poniżeniu. Również akt zemsty jest kategorią okrucieństwa. Może to być działanie pod wpływem nagłego impulsu, jednak bardzo często zemsta jest realizowana w sposób przemyślany. Okrucieństwo występuje także jako wyładowanie nagromadzonej agresji, będące wynikiem wewnętrznych, kumulujących się napięć lub frustracji. Inne odmiany okrucieństwa to okrucieństwo z ciekawości, dla zabawy lub przyjemności. Jeszcze innym rodzajem okrucieństwa jest chęć panowania nad innymi poprzez wzbudzanie atmosfery grozy, strachu, a zarazem podziwu<sup>13</sup>.

### **Przyczyny oraz skutki zachowań agresywnych u młodzieży**

Istnieje wiele czynników sytuacyjnych, które są odpowiedzialne za występowanie zachowań agresywnych, począwszy od procesów neurologicznych i chemicznych, a skończywszy na uwarunkowaniach społecznych. Agresja bywa również wynikiem prowokacji lub obecności bodźca wywołującego agresję, np.

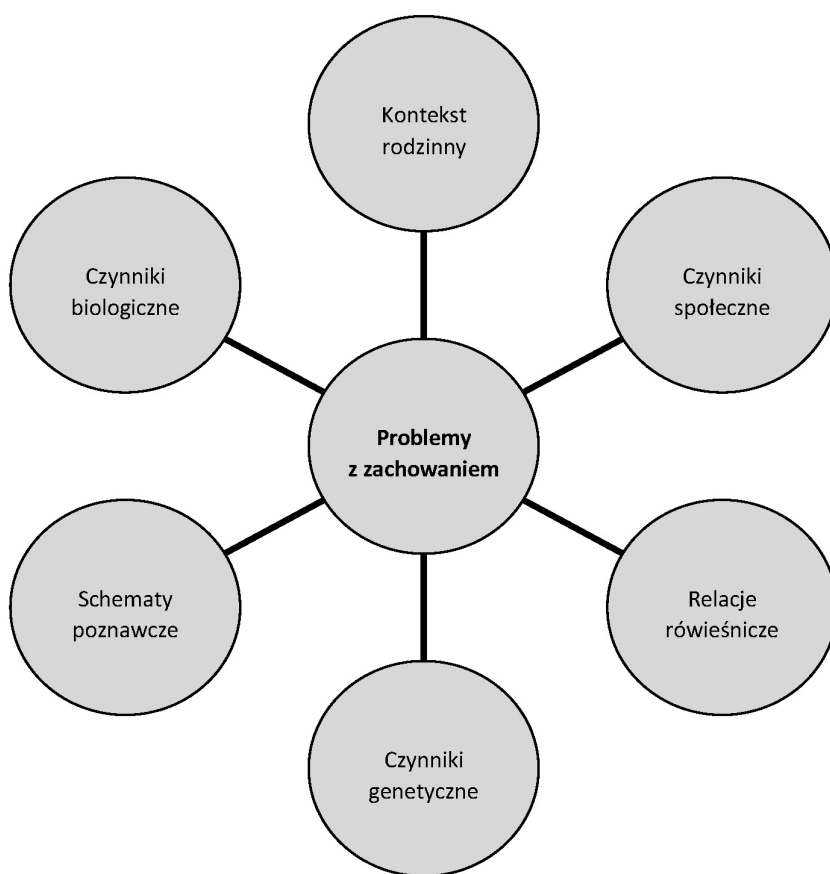
---

<sup>11</sup> BRĄNKA Z., SZYMOŃSKI M., *Agresja i przemoc we współczesnym świecie*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Text, 1998, s. 155–180.

<sup>12</sup> SWEARER S.M., op. cit., s. 55-59.

<sup>13</sup> DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci*, Warszawa, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, 2002, s. 8.

przedmiotu kojarzonego potocznie z działaniami agresywnymi. Jeżeli chodzi o czynniki sytuacyjne, to agresję mogą wywoływać chwilowe nieprzyjemne doznania, takie jak ból czy upał, albo trwałe frustracje, na przykład płynące z trudności materialnych. Na poziomie interakcji odczuwana przykrość lub obecność broni mogą wywołać skojarzenia prowadzące do wzrostu agresywności. Ludzie mający agresywne skłonności sami tworzą nieprzyjemne dla siebie sytuacje, które z kolei wywołują w nich jeszcze większą agresję. Mimo licznych badań nie wiadomo, co jest główną i najbardziej determinującą przyczyną problemów z zachowaniem<sup>14</sup>.



Rys. 1. Przyczyny problemów z zachowaniem

Źródło: DĄBKOWSKA M.I., DĄBKOWSKI M.R., *Zastraszanie i przemoc szkolna*, Toruń, wyd. UMK, 2010, s. 181.

<sup>14</sup> DĄBKOWSKA M.I., DĄBKOWSKI M.R., dz. cyt., s. 181.

Agresja może służyć wielu różnym celom. Jednym z celów agresji jest rozładowanie odczuwalnej przykrości. Agresja powodowana przykrością może być uwarunkowana chwilowymi stanami pobudzenia fizjologicznego lub trwałą skłonnością. Nawet akty bezpośredniej przemocy fizycznej mogą wynikać z wielu rozmaitych motywów. Jedni biją, aby uchronić swój status, drudzy, aby wykorzystać ofiary ku swemu zadowoleniu, jeszcze inni dla rozładowania nadmiaru frustracji. Wiele agresywnych zachowań ma podłoże autoprezentacyjne. Niektórzy zachowują się agresywnie, aby sprawdzić wrażenie kogoś groźnego i w ten sposób zmusić innych do posłuchu. Agresja może pomóc zachować twarz w razie fizycznego bądź werbalnego ataku. Celem agresji może też być chęć wpływania na ludzi, uzyskania władzy i dominacji. Stworzenia wrażenia, że jest się twardym, zyskania pieniędzy i uznania społecznego lub po prostu rozładowania nieprzyjemnych emocji. Zachowanie agresywne może wynikać także z potrzeby samoobrony lub obrony innych ludzi. Niektórzy badacze, jak Zygmunt Freud, twierdzili, że agresja może być celem samym w sobie<sup>15</sup>.

Agresywne zachowanie się dzieci może mieć swą przyczynę we frustracji wywołującej wystąpienie poczucia krzywdy, emocji, gniewu, wrogości czy zdenerwowania. Powstają one na skutek niesprawiedliwej oceny, nieprzyjemnych zdarzeń losowych, niepowodzeń podczas działania czy też pod wpływem stosowania surowych kar fizycznych. Podłożem zachowań agresywnych dzieci i młodzieży może być także blokada potrzeb, m.in. afiliacji, uznania społecznego i samodzielności w wyniku nadmiernej surowości i oziębłości rodziców, częstego upominania, stawiania za przykład innych dzieci, nadmiernego ograniczania inicjatywy przez nakazy i zakazy dorosłych. Agresywne zachowanie się młodzieży bywa następstwem oddziaływania określonych modeli, którymi mogą być np. rodzice, bohaterowie filmów i książek. Utrwaleniu zachowań agresywnych sprzyjają osiągnięte korzyści. Młodzież zachowująca się agresywnie wzbudza negatywne reakcje innych ludzi, w tym nauczycieli i kolegów. W konsekwencji częściej doznaje przykrości, takich jak usunięcie ze szkoły, odrzucenie i brak akceptacji ze strony rówieśników. Wskutek tego często nasila się jej frustracja, która prowadzi do jeszcze większej agresywności<sup>16</sup>.

Za inne jeszcze podłoże zachowań agresywnych uznaje się zaburzenia w funkcjonowaniu systemu nerwowego oraz schorzenia organiczne. Jeśli u dziecka występują liczne zachowania agresywne, określa się je mianem dziecka agresywnego. Agresywność stanowi wtedy względnie trwałe składnik jego osobowości. Przyczyn agresji i związanej z nią przemocy należy upatrywać również w kontekście społeczno-kulturowym. Większość dzieci agresywnych pochodzi z rodzin, gdzie jedno lub oboje rodzice to osoby agresywne. Sfrustrowane dziecko, które w domu jest posłuszne,

<sup>15</sup> DANILEWSKA J., op. cit., s. 52.

<sup>16</sup> Ibidem, s. 27.

gdyż boi się kary – przenosi swoją agresję do szkoły, na swoich kolegów i tam realizuje zachowania agresywne modelu prezentowanego przez rodziców<sup>17</sup>.

Przyczyn zachowań agresywnych poszukiwać można w środowisku, w jakim funkcjonuje szkoła, a także w wielkości samej placówki. Zjawisko anonimowości występującej w dużych szkołach sprzyja działaniom destrukcyjnym, znacznie osłabia (czasami wręcz uniemożliwia) oddziaływanie wychowawcze nauczycieli. Szkoły małe, kameralne sprzyjają bliskiemu kontaktowi wychowanków z ich wychowawcami, hamują też wiele działań o charakterze nagannym. Przyczyną zachowań agresywnych może być także przewaga funkcji dydaktycznej szkoły nad wychowawczą. Wielu nauczycieli, chcąc „zrealizować” przeładowany program, zapomina o drugiej swej roli. Jej pełnieniu nie sprzyja także przeciążenie szkół. Jeszcze jednym szkolnym źródłem frustracji i zachowań agresywnych jest przeciążenie programów nauczania<sup>18</sup>.

Dla wielu uczniów szkoła stanowi istotne źródło ich agresywności. Jednym z podstawowych źródeł ich agresji na terenie szkoły jest postawa nauczyciela – jego wypowiedzi i zachowania, system nagród i kar. Czynnikiem wywołującym agresję są: wyśmiewanie i wyszydzanie ucznia, wyzwiska, oszczerstwa oraz kary fizyczne. Stosowane przez nauczycieli kary określane są przez uczniów jako mało skuteczne, wszystkie budzą gniew i agresję. Niektóre z nich powodują dodatkowo lęk. Uczniowie czują się w szkole osaczeni i bezradni. Doznawane frustracje odraeganują w zachowaniach agresywnych kierowanych zarówno na inne osoby, przedmioty, jak i na samych siebie<sup>19</sup>.

Skutki przemocy mogą mieć charakter bezpośredni lub odległy, psychiczny bądź fizyczny. Skutki przemocy i zachowań agresywnych w dalszym rozwoju indywidualnym dzieci są zawsze bardzo poważne ze względu na utrwalone deformacje psychiczne i zaburzenia emocjonalne. Rozwój i normalne funkcjonowanie osobowości są nie do pogodzenia z przemocą, ponieważ bierne poddanie się cudzej kontroli wyklucza autonomię. Dziecko staje się również ofiarą przemocy, jeśli jest świadkiem przemocy w swoim najbliższym otoczeniu. Przemoc w wychowaniu dzieci ma tendencję do utrwalania się w przechodzeniu z pokolenia na pokolenie. Psycholodzy i pedagodzy zauważają, że dzieci wzrastające w rodzinach, w których praktykowano przemoc, we własnym dorosłym życiu również są skłonne do zachowań agresywnych. Jeżeli uznają przemoc za coś oczywistego, naturalnego, prowadzić to może do postrzegania przemocy jako immanentnej cechy świata<sup>20</sup>.

---

<sup>17</sup> DAMBACH K.E., *Mobbing w szkole*, Gdańsk, wyd. GWP, 2003, s. 32.

<sup>18</sup> PUFAL-STRUZIK I., op. cit., s. 50–59.

<sup>19</sup> Ibidem, s. 19.

<sup>20</sup> GUERIN S., HENNESSY E., *Przemoc i prześladowania w szkole*, Gdańsk, wyd. GWP, 2004, s. 35–36.

## **Przejawy, rozmiar przemocy i agresji w środowisku szkolnym**

Agresja nie jest działaniem jednego typu, dotyczy rozmaitych zachowań powodujących fizyczną lub psychiczną krzywdę. Agresję można też rozróżnić pod kątem, kto jest ofiarą, a kto sprawcą takich zachowań. W strukturze szkoły istnieją dwa podmioty, które mogą stać się ofiarą bądź sprawcą niepożądanych zachowań.

### **Przemoc wśród młodzieży**

Zjawisko przemocy wśród młodzieży szkolnej można rozpatrywać w kategoriach funkcjonowania podkultur młodzieżowych. Grupy nieformalne o charakterze destruktywnym, których celem jest zastraszenie i terroryzowanie słabszych, pojawiły się od pewnego czasu w różnych typach szkół. Nawet szkoły kształcące na poziomie podstawowym nie są wolne od tego problemu. Dobór uczniów do grup nieformalnych jest celowy, członków charakteryzują takie cechy jak: brutalność, agresja, odwaga, wulgaryzm w odnoszeniu się do rówieśników, lekceważenie nauczycieli i szkoły. Innym kryterium doboru członków grupy jest ściśle wykonywanie poleconego zadania, a nawet złożenie przysięgi według określonej procedury, swoista inicjacja. Przywódcami są najczęściej dobrze zbudowani, wysportowani, agresywni chłopcy, budzący postrach wśród społeczności uczniowskiej. W ostatnich latach zauważono również, że przywódcami takich grup zostają dziewczęta. Motywami działań tych grup jest najczęściej zwykła głupota, panująca aktualnie w większości szkół „moda” na gnębienie słabszych oraz próby podnoszenia własnej samooceny, pokazania ważności wśród rówieśników, chęć wyładowania agresji i radości, satysfakcja z zadawania bólu psychicznego i fizycznego słabszym, przeżywanie sytuacji rewanżu za własne doświadczenia w początkach nauki szkolnej. Niektóre grupy powstają w odpowiedzi na inną istniejącą już grupę agresorów. Grupy te mogą dezorganizować funkcjonowanie szkoły. Agresja i przemoc burzą prawidłową adaptację dzieci i młodzieży do społeczności szkolnej, niweczą proces wychowawczy. Niszczą także wartościowe więzi emocjonalne charakterystyczne dla wspólnoty szkolnej. Szczególnymi przypadkami są dzieci wychowane w rodzinach patologicznych. Bardzo często reagują one agresywnie, a w szkole starają się zaimponować swoją siłą i bezwzględnością wobec innych, często stają się przywódcami grup nieformalnych. Istnieje pogląd i przekonanie wśród niektórych badanych, iż swoisty chrzest uczniów młodszych, słabszych, rozpoczynających naukę szkolną jest czymś oczywistym i normalnym. Chodzi tutaj jednak o stosowanie działań i traktowanie swych kolegów z okrucieństwem, upokorzeniem, poniżaniem. Różna jest reakcja dzieci napiętnowanych przez grupy nieformalne w szkole. Najczęściej reagują lękiem, paniką, rzadko zgłaszają przypadki przemocy rodzicom czy też nauczycielom. Także nieczęsto aktywnie

podejmują próby przeciwstawienia się silniejszym. Dominują w ich zachowaniach mechanizmy adaptacyjne oraz ucieczki od zdarzeń, boją się przychodzenia do szkoły, czego skutkiem są wagary, gorsze wyniki w nauce<sup>21</sup>.

### **Przemoc ze strony nauczycieli**

Sprawcami przemocy i agresji w szkole są nie tylko uczniowie, lecz również nauczyciele. Zjawisko przemocy zachodzi już w momencie, kiedy stosunek nadrzędności przemienia w stosunek nierówności, a nauczyciel staje się władcą, uczeń zaś poddanym. W prawidłowym procesie wychowawczym nauczyciel przyjmuje na siebie rolę nadrzędną względem ucznia. W sytuacji zniewolenia, pozbawienia możliwości wyboru i samostanowienia o sobie uczeń zaczyna dopominać się swoich praw, a kiedy ich nie otrzymuje, rodzi się w nim bunt. Jego opór może przybierać różnorodne formy. Jest on również potwierdzeniem wywołanej przez nauczyciela sytuacji przemocy. Przykładami nacechowanych przemocą zachowań nauczycieli są: publiczne ubliżanie, wyszydzanie, publiczna krytyka ucznia, przymuszanie do nauki, nieposzanowanie zdania ucznia, niesprawiedliwe ocenianie, użycie siły. Poważnym problemem jest psychiczna przemoc nauczycieli wobec uczniów. Pedagodzy nie zawsze zdają sobie sprawę, jak wielką wagę mają niektóre ich zachowania, często w intencji całkiem niewinne. Wynikają one z braku umiejętności radzenia sobie z pewnymi trudnymi sytuacjami w klasie. Jednak w odbiorze ucznia nacechowane są agresją w stosunku do jego osoby<sup>22</sup>.

Uprowadzenie uczniów w stosunku do nauczycieli wynika najczęściej ze strachu przed upokorzeniem, krzykiem, karą lub brakiem obiektywności nauczyciela. Uczniowie, którzy doznali przykrości ze strony nauczycieli, są nieufni i często z obawy przed jego różnorodnymi reakcjami buntują się. Nieufni i upokorzeni uczniowie tracą zarazem chęć do pracy na lekcjach. Stosowanie przemocy przez nauczyciela wobec ucznia powoduje zanik chęci do nauki i chodzenia do szkoły, strach przed szkołą, pogorszenie wyników w nauce, stres, niedocenianie siebie<sup>23</sup>.

Przywilejem władczego panowania nauczyciela jest ocenianie i kontrola ucznia. Opisując styl kontrolowania i oceniania ucznia przez nauczyciela, można pośrednio określić charakter łączącego ich stosunku społecznego, a więc także i to, czy nie przeradza się on w stosowanie przemocy. Ocena jako efekt kontroli ucznia staje się środkiem manipulowania w rękach nauczyciela. Poprzez jego stosowanie nauczyciel dokonuje własnego podziału na uczniów „dobrych” i „złych”. Nauczyciel straszy uczniów użyciem oceny negatywnej, jest niesprawiedliwy

---

<sup>21</sup> DANILEWSKA J., op. cit., s. 54.

<sup>22</sup> Ibidem, s. 57–62.

<sup>23</sup> PUFAL-STRUZIK I., op. cit., s. 23.

w wystawianiu ocen, faworyzuje niektórych uczniów. Kiedy nauczyciel czuje swoją władczą moc nad uczniem, często odnosi się do niego ironicznie, a nawet obełżywie. Repertuar negatywnych określeń stosowany przez nauczyciela w stosunku do ucznia jest ogromny. Nauczyciel często ośmiesza uczniów ze względu na ich wygląd, strój, uczesanie. Oprócz tego, iż nauczyciel ośmiesza i krytykuje uczniów, to zwraca się do nich również po nazwisku albo wymyśla przezwiska<sup>24</sup>.

Stosowana przemoc fizyczna i agresja werbalna wzbudza w uczniach uczucie lęku, upokorzenia, krzywdy, bezradności. Dotyczy to zarówno ofiar przemocy, jak i obserwatorów. Wypadki stosowania przemocy przez nauczycieli i wychowawców wobec uczniów w szkołach niestety nie są odosobnione. Przyczyną stosowania przemocy przez nauczycieli wobec uczniów jest ich bezradność w sytuacjach konfliktowych. Nauczyciele, którzy stosują przemoc fizyczną wobec uczniów, charakteryzują się niskim poczuciem wartości, bezsilnością, brakiem odporności na stres i radzenia sobie z nim. Obawa przed utratą szacunku i poważania rodzi postawy autorytarne. Autorytarny styl porozumiewania się cechują: jednostronność przekazu, nakazy, zakazy oraz akty przemocy. Nauczyciel ogranicza niezależność i samodzielność uczniów, wywołuje napięcie emocjonalne, które może skutkować konfliktami, a nawet wyzwać zachowania agresywne i przemoc.

### **Przeciwdziałanie agresji i przemocy w środowisku szkolnym**

Uczeń ma fundamentalne prawo demokratyczne, aby czuł się bezpiecznie w szkole i nie był poddawany dręczeniu i poniżaniu. Zapobieganie agresji i przemocy wśród uczniów jest problemem złożonym, wymagającym zaangażowania i oddziaływania w długi odcinek czasu<sup>25</sup>.

Zgodnie z przepisami oświatowymi wszystkie szkoły w Polsce mają obowiązek zapobiegania szerzeniu się agresji wśród dzieci i młodzieży. Nauczyciele i wychowawcy, stając przed tym niezwykle trudnym zadaniem, muszą wykazać się znajomością wiedzy z zakresu psychologii, pedagogiki, socjologii oraz umiejętnością zastosowania jej w praktyce edukacyjnej. Zapobieganie agresji, zwalczanie jej przejawów, jak też usuwanie skutków wśród uczniów to działania, które należy włączyć do szkolnych programów profilaktyczno-wychowawczych. Stan bezpieczeństwa w szkołach niestety nie jest zadowalający. Aby zmienić oblicze polskiej szkoły, należy zmienić jej model funkcjonowania i zastąpić modelem opartym na zasadach psychologii humanistycznej. Podstawy teoretyczne tej koncepcji stworzyli C. Rogers, A. Maslow oraz E.L. Shostrom. Autorzy koncepcji proponują, aby

---

<sup>24</sup> Ibidem, s. 30.

<sup>25</sup> GUERIN S., HENNESSY E., op. cit., s. 43.

proces nauczania i wychowania oprzeć na podmiotowym traktowaniu ucznia, zaspakając jego potrzeby, rozwijać zainteresowania, przekazać mu odpowiedzialność za własny rozwój, ale nie pozbawiać wsparcia, okazać mu zaufanie oraz wiarę w jego możliwości. Nauczyciele powinni w sobie wykształcić przekonanie, że bycie dobrym nauczycielem wiąże się z umiejętnością „używania siebie” jako instrumentu oddziaływania na uczniów. Nauczyciele powinni prezentować postawy autentyczności, empatii i akceptacji w relacjach z uczniami oraz motywacji do ciągłego doskonalenia osobowości. Na prawdziwy sukces w zapobieganiu szerzenia się agresji wśród uczniów, a nawet jej przeciwdziałaniu można liczyć dopiero wówczas, gdy wszyscy nauczyciele danej szkoły zaakceptują proponowane kierunki, twórczo je rozwijając i połączą swe wysiłki w codziennej pracy. W proces przeciwdziałania agresji należy zaangażować całą społeczność szkolną – nie tylko nauczycieli, ale także uczniów wraz z rodzicami, pedagoga oraz innych pracowników szkoły.

Podstawowe zasady, które należy stosować w przeciwdziałaniu negatywnym zjawiskom, to w szczególności:

- środowisko szkolne, a także domowe musi charakteryzować się pozytywnym zainteresowaniem i zaangażowaniem ze strony dorosłych;
- granice nieakceptowanego zachowania muszą być jasno określone;
- w przypadku przekraczania tych granic należy stosować sankcje, które nie są oparte na sile fizycznej i wrogim zachowaniu.

Zasady te wymagają pewnego stopnia nadzoru nad czynnościami uczniów w szkole i poza szkołą. Dorośli, zarówno w szkole, jak i w domu, powinni być autorytetem. Głównym celem tego programu jest ograniczenie lub całkowite wyeliminowanie różnych form przemocy w szkole<sup>26</sup>.

Istnieje wiele opracowanych i przetestowanych przez psychologów metod działań mających służyć zahamowaniu agresji. Wśród nich wymienić można: omawianie przyczyn gniewu i wrogości, modelowanie zachowania nieagresywnego, ćwiczenie umiejętności pokojowego rozwiązywania konfliktów, kompetencji komunikacyjnych i umiejętności prowadzenia negocjacji oraz sprzyjanie rozwojowi empatii, gdyż zapobiega ona występowaniu tendencji do dehumanizacji ofiary<sup>27</sup>.

Metody powstają w oparciu o różne typy agresji. Jedna z nich polega na uczeniu agresywnych dzieci odmiennych sposobów osiągania korzyści. Druga polega na wdrażaniu u agresywnych ludzi wzorców myślenia przeciwdziałających eskalacji agresji. Trzecią jest karanie agresywnych osób – ta metoda pociąga za sobą

---

<sup>26</sup> BUTRYN A., *Zachowania agresywne*, Warszawa 2006, s. 8–10.

<sup>27</sup> GUERIN S., HENNESSY E., op. cit., s. 40.



pewne niebezpieczeństwa. Niektórzy psychologowie są więc raczej zwolennikami działań zapobiegawczych. Jeden z najlepszych programów pomocy agresywnym dzieciom opracował Gerald Patterson. Opiera się on na założeniu, że celem agresji jest osiągnięcie określonych korzyści. Agresji można przeciwdziałać, jeśli stworzy się warunki, w których nie przynosi ona korzyści, a na jej miejsce pojawiają się inne sposoby osiągania pożądaných celów. W trakcie programu uczy się rodziców zasad modyfikacji zachowania, uczy się ich rozpoznawać, w jaki sposób swoim zachowaniem wynagradzają agresję u dziecka oraz zachęca się ich do nagradzania bardziej akceptowanych społecznie zachowań. Inna metoda walki z agresją dotyczy mechanizmów poznawczych. Polega ona na uczeniu ludzi panowania nad wywołującymi złość myślami. Metoda Raymonda Novaco jest jednym z programów skutecznie hamującym agresję. Polega na opanowywaniu złości za pomocą myśli, które blokują negatywne pobudzenie emocjonalne. Te metody wykazały pewną skuteczność w hamowaniu agresji na poziomie indywidualnym. Niektórzy psychologowie uważają jednak, że rzeczywista redukcja agresji wymaga działań na poziomie społecznym. Przebadano więc skuteczność sankcji karnych w stosunku do autorów przejawów agresji. Zdaniem psychologów kary nie zawsze skutecznie zapobiegają agresji. Z jednej strony, karanie każdego zachowania, włącznie z zachowaniem agresywnym, zmniejsza częstotliwość jego występowania. Z drugiej strony, ponieważ karanie przybiera zwykle formę przemocy, osoba, która próbuje wyeliminować u kogoś oznaki agresji, może zamiast osiągnięcia zamierzonego celu stać się wzorem zachowania agresywnego i stworzyć warunki sprzyjające procesowi modelowania. Karanie dzieci często wzmaga w nich poczucie złości i frustracji, a jeśli przybiera postać kar cielesnych, to uczy dzieci, że osoby sprawujące władzę mają prawo posługiwać się przemocą. Rola karania w przeciwdziałaniu zachowaniom agresywnym nie jest jednoznaczna. Karanie może przynieść pożądane efekty, jeśli wymierzana kara nie jest zbyt surowa i następuje natychmiast po dopuszczeniu się aktu agresji. Nieskuteczna okazuje się kara odroczonego oraz zbyt surowa. Jeśli jednak karanie jest natychmiastowe i konsekwentne, to może hamować zachowania agresywne.<sup>28</sup>

Powszechne stają się programy zapobiegania agresji wśród młodzieży. Celem ich jest uczenie umiejętności radzenia sobie z bezradnością i lękiem w momencie zagrożenia, a także sposobów obrony przed agresją innych lub przed własną, która budzi się w ofiarach, gdy nie umieją sobie poradzić z otaczającym złem. Ostatecznym efektem tego rodzaju programów, choć wydaje się nieco odległym w czasie, byłoby jednak zmniejszenie liczby zachowań agresywnych u sprawców dzięki rozwijaniu postawy dezaprobaty wobec nich, wzrostowi umiejętności rozwiązywania konfliktów, asertywności itp. Im więcej będzie osób, które swoje potrzeby i cele realizują bez konieczności sięgania po instrumenty agresji, im częściej

<sup>28</sup> DANILEWSKA J., op. cit., s. 68.

agresywne zachowania będą zdecydowanie potępiane, tym rzadziej agresorom będzie się opłacało sięgać po takie rozwiązanie. Trzeba kształtować u młodych ludzi postawy zdecydowanego sprzeciwu wobec stosowania przemocy i uczyć jej wyrażania w konkretnych reakcjach na zaobserwowane przypadki krzywdzenia innych osób. Młodzi ludzie powinni wiedzieć, gdzie może szukać pomocy osoba krzywdzona, jakie instytucje są powołane do jej udzielenia<sup>29</sup>.

Aby zapobiegać agresji i przemocy wśród dzieci i młodzieży, nie używając przy tym przymusu, trzeba przede wszystkim zrozumieć istotę przyczyn zachowań agresywnych i tego, co w rzeczywistości kryje się za takim agresywnym postępowaniem. Problem agresji w szkole zależy od bardzo licznych i różnych czynników, a co za tym idzie – nie ma tu prostych i automatycznych rozwiązań. Szkoła powinna współpracować z rodziną. Najpierw poprzez wymianę informacji o dzieciach, dalej poprzez doradzanie rodzicom w kwestiach wychowawczych i dokształcanie pedagogiczne, spotkania z różnymi specjalistami. Powinno się angażować rodziców w dokonujący się w szkole proces wychowania. Jednocześnie rodzice powinni przyjmować część odpowiedzialności za funkcjonowanie szkoły, powinni czynnie uczestniczyć we wspólnym z nauczycielami rozwiązywaniu jej problemów. Trzeba zmienić przekonanie wielu rodziców, że od momentu wysłania dzieci do szkoły to właśnie ona ma wziąć główną odpowiedzialność za ich wychowanie. Konieczna jest demokratyzacja szkoły, powinno dostrzegać się indywidualność każdego z uczniów. Natomiast w organizacji szkoły pomysły i propozycje wszystkich zainteresowanych – uczniów, rodziców i nauczycieli – powinny być jednakowo poważnie brane pod uwagę. Szkoła powinna być dla uczniów modelem współżycia opartego na wzajemnym szacunku.

Pierwszy krok procesu stanowi identyfikacja uczniów, którzy są podatni na zagrożenie przemocą, oraz identyfikacja osób, które stosują przemoc w szkole. Diagnoza ma za zadanie określenie, jakie działania należy przeprowadzić, aby zminimalizować zjawisko przemocy. Pokierowanie i rozwiązanie sytuacji to uruchomienie programów naprawczych, czyli najbardziej odpowiednich sposobów postępowania minimalizujących zjawisko przemocy. Kolejny krok radzenia sobie z przemocą to wsparcie i kontrola. Celowe mogą być takie działania, jak: grupy wsparcia, indywidualne poradnictwo, terapia grupowa, program pomocy koleżeńskiej, wspólny program wsparcia w szkole i poza nią<sup>30</sup>.

Można wymienić kilka strategii zapobiegania przemocy. Do najważniejszych należy uświadomienie i edukacja nauczycieli, wychowawców, rodziców, opiekunów oraz samej młodzieży. Chodzi tu o edukację oraz informowanie na temat przemocy i interwencji, gdy wystąpi taka potrzeba. Prewencja podstawowa po-

---

<sup>29</sup> GUERIN S., HENNESSY E., op. cit., s. 28.

<sup>30</sup> GUERIN S., HENNESSY E., op. cit., s. 37.

winna obejmować młodych ludzi i ich rodziny, rozwijać w nich społeczne umiejętności tworzenia systemów zewnętrznego wspierania, czego rezultatem będzie pozytywny rozwój. Inne bardziej zaawansowane strategie będą dotyczyły młodzieży, która wysyła sygnały alarmowe, dokonywała już aktów przemocy, oraz osób, które stały się już ofiarami przemocy. W takim przypadku można tworzyć programy opieki nad konkretnymi przypadkami. W momencie kiedy wszystkie strategie przeciwdziałania agresji zawiodły, lub nie zostały wystarczająco wcześniej rozpoznane, należy opracować programy pomocy osobom, które przeżyły przemoc wobec siebie lub osoby bliskiej.

W celu przeciwdziałania przemocy i agresji należy:

- kształtować obraz świata, w którym dla osiągnięcia celu nie trzeba uciekać się do agresji, w którym gardzi się przemocą,
- dbać o rozwijanie zainteresowań, budzenie pasji, umiejętne organizowanie wolnego czasu,
- rozwijać kompetencje społeczne, uczyć asertywności, tolerancji i empatii,
- okazywać dziecku szacunek i zaufanie<sup>31</sup>.

## Podsumowanie

W dzisiejszych czasach przemoc staje się instrumentem osiągnięcia zamierzonych celów. Sprawcy nie postrzegają swoich zachowań jako zła, a ewentualną winą za swoje postępowanie obarczają innych. Najczęściej świadomość istnienia problemu agresji mają ofiary lub osoby zagrożone nią. Przemoc i agresja przeniknęły do codziennego życia. Są obecne w środowisku rodzinnym, zakładach pracy, placówkach opiekuńczo-wychowawczych, a także w szkołach.

Podsumowując rozważania na temat agresji stosowanej przez dzieci i młodzież na terenie szkoły, można powiedzieć, że przemoc i agresja istnieją w codziennym funkcjonowaniu szkoły tej instytucji. Skala tego zjawiska wśród dzieci i młodzieży zmusza do podjęcia działania. Brak reakcji to przyzwolenie na przemoc i dalsze pogłębianie się problemu. Przemoc i agresja będą wtedy jeszcze częstsze, a ich formy bardziej okrutne. Agresja i przemoc staną się po prostu normalnością w środowisku szkolnym.

## BIBLIOGRAFIA

- BRAŃKA Z., SZYMOŃSKI M., *Agresja i przemoc we współczesnym świecie*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Text, 1998.
- BUTRYN A., *Zachowania agresywne*, Warszawa, WSiP, 2006.

---

<sup>31</sup> GUERIN S., HENNESSY E., op. cit., s. 32–40.

- DĄBOWSKA M.I., DĄBOWSKI M.R., *Zastraszanie i przemoc szkolna*, Toruń, wyd. UMK, 2010.
- DAMBACH K.E., *Mobbing w szkole*, Gdańsk, wyd. GWP, 2003.
- DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci*, Warszawa, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, 2002.
- FRANICKA M., LIBERSKA H., NIEWIEDZIAŁ D., *Psychologia agresji. Wybrane problemy*, Warszawa, wyd. PWN 2016.
- GUERIN S., HENNESSY E., *Przemoc i prześladowania w szkole*, Gdańsk, wyd. GWP, 2004.
- KAROWSKA M., CZARNECKA W., *Przemoc w szkole*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 1994.
- KONDZIELA J., *Badania nad pokojem, teoria i jej zastosowanie*, Warszawa, wyd. Odiss, 1974.
- OKOŃ W., *Słownik pedagogiczny*, Warszawa, wyd. PWN, 1984.
- POSPISZYL I., *Przemoc szkolna*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 1998.
- PUFAL-STRUZIK I., *Agresja i przemoc w szkole*, Kielce, Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP, 2007.
- SWEARER S.M., *Przemoc rówieśnicza – zapobieganie i interwencje*, Warszawa, Wydawnictwo Edukacyjne Parpamedia, 2010.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Profilaktyka agresji – jak radzić sobie ze złością?

### 2. Czas trwania zajęć:

45 minut.

### 3. Cel główny:

- Kształtowanie umiejętności właściwego sposobu wyrażania złości.

### 4. Cele szczegółowe:

- Nabywanie wiedzy na temat wyrażania emocji.
- Opracowanie strategii sposobów rozładowania złości.
- Uwolnienie nieprzyjemnych napięć.
- Doskonalenie umiejętności pracy w grupie.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Złość jako emocja.
- Sposoby wyrażania złości.
- Rozpoznawanie sygnałów płynących z ciała, odreagowanie złości w bezpieczny sposób, zanim nastąpi jej eskalacja.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, wypowiedź ustna,
- Metody problemowe: dyskusja, giełda pomysłów, słoneczko,
- Metody ćwiczebne: rundka, ćwiczenia z wykorzystaniem metody kinezylogii edukacyjnej Paula Dennisona,
- Filmoterapia.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Małe, prostokątne kartki papieru,
- Kolorowe pisaki,
- Papierowa buźka słoneczka,
- Laptop, rzutnik, głośniki, płyta z filmem.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Powitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju do zajęć
Metody realizacji	Wypowiedzi ustna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów i proponuje krótką zabawę: każdy po kolei wypowiada swoje imię i wymienia 3 przymiotniki zaczynające się na pierwszą literę jego imienia
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i po kolei wypowiadają swoje imię, a następnie 3 przymiotniki zaczynające się na pierwszą literę ich imienia
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Złość jako emocja
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza w temat zajęć – złość jako emocja
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Kształtowanie właściwych sposobów wyrażania złości
Metody realizacji	Filmoterapia oraz dyskusja moderowana
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Laptop, głośniki, rzutnik, płyta z filmem
Czynności prowadzącego	Prezentuje film ukazujący sytuację, w której zezłoszczony uczeń odregulowuje swoje emocje na koledze bijąc go i obrzucając wulgaryzmami. Nauczyciel inicjuje dyskusję, moderuje ją w celu ukazania niewłaściwego zachowania bohatera filmu
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają w skupieniu film. Po obejrzeniu filmu uczniowie aktywnie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Bezpieczne sposoby wyrażania złości – własna strategia sposobów
Metody realizacji	Giełda pomysłów, metoda problemowa – słońeczko
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Karteczki samoprzylepne – promyczki, pisaki kolorowe
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5 – osobowe grupy, rozdaje kartki pocięte na małe prostokąty. Prosi o wypisanie w grupach bezpiecznych sposobów rozładowania złości w tym czasie na podłogę kładzie wcześniej przygotowaną buźkę słońca. Prosi uczniów o dokładanie ‘promieni’ – propozycji sposobów rdzenia sobie ze złością
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na grupy i wspólnie opracowują na karteczkach sposoby radzenia sobie ze złością, uczniowie dokładają ‘promienie’ do słońca
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoły ustawione pod ścianą

Treści kształcenia	Ćwiczenia, aktywność fizycznej jako dobry sposób odreagowania złości
Metody realizacji	Kinezylogia edukacyjna P. Dennisona
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje sposoby, zwracając uwagę, iż dobrym jest uwalniania nieprzyjemnych napięć jest aktywność fizyczna. Następnie prosi uczniów o powstanie z i ustawienie się w bezpiecznej odległości od siebie (na wyciągnięcie ramion). Nauczyciel demonstruje krótkie ćwiczenia z wykorzystaniem kinezylogii edukacyjnej P. Dennisona.
Czynności uczestników	Uczniowie ustawiają się luźno w sali, powtarzają ćwiczenia wskazane przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła i stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Istota rozpoznawania sygnałów złości i rozładowania jej w bezpieczny sposób, zanim nastąpi jej eskalacja
Metody realizacji	Pogadanka, rundka - wypowiedzi ustna
Czas trwania	10 minut

Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, dziękuję uczniom za aktywne uczestnictwo, rozpoczyna rundkę: „Czego dowiedziałeś się na dzisiejszych zajęciach ?
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei odpowiadają na zadane pytanie i zegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedź ustna.



Aneta Kokot  
Gnieźnieńska Szkoła Wyższa Milenium

## **BULLYING W INTERAKCJACH SZKOLNYCH. (NIE)ZAUWAŻENI, POMIJANI, WYKLUCZANI, CZYLI O PERSPEKTYWIE WYSTĄPIENIA I DOŚWIADCZANIA PRZEMOCY W SZKOLE SŁÓW KILKA**

### **Wprowadzenie**

Przemoc w środowisku szkolnym jest zagadnieniem często poruszonym zarówno w naukach humanistyczno-społecznych, jak i wśród praktyków na co dzień pracujących z młodzieżą w strukturach oświatowych. Pomimo znaczącego postępu w zakresie teoretycznego jej ujęcia wraz z dosadnym określeniem istoty, mechanizmu powstawania przemocy i jej trwania w literaturze przedmiotu, czy też skutków dla środowiska szkolnego i samej ofiary, to nadal zauważyć można pewne trudności z diagnozą bullingów, prewencją wystąpienia, umiejętnym dbaniem o ofiarę czy udzieleniem wsparcia i pomocy dla sprawców przemocy w celu dokonania zmiany w ich funkcjonowaniu. Rozbieżność ta wymaga nadal dyskusji i konfrontacji stanowisk środowisk naukowych i praktyków – psychologów, nauczycieli, pedagogów, rodziców.

Niniejszy artykuł składa się z dwóch obszarów. Pierwszy ma charakter teoretyczny i ma na celu ukazanie teoretycznego ujęcia przemocy wraz z jej implikacjami z perspektywy sprawcy i ofiary. Druga część publikacji ma charakter porad i poświęcona jest formom przeciwdziałania bullingów w szkole, wraz z opisem wybranych metod, które pomogą zwalczyć i radzić sobie z tą toksyczną sytuacją. Dołączone do artykułu aneksy mają pomóc w pracy z młodzieżą.

Warto tutaj zaznaczyć, że niniejszy artykuł nie ma stanowić sądu nad sprawcami i ofiarami bullingów. Zamiarem jego jest obiektywne poznanie i zrozumienie zachowań, które istnieją w relacjach międzyludzkich oraz wskazanie tej cienkiej granicy pomiędzy konfliktem, nieporozumieniem a permanentną przemocą. Uświadomienie sprawcom tej formy przemocy, że jest to zjawisko bardzo niebez-

pieczne w swych konsekwencjach. Natomiast dla ofiar ma stanowić przesłanie, że sytuacja, w której się znaleźli, jest odwracalna i dzięki pomocy wielu specjalistów można umiejętnie chronić swoją godność i granice osobiste. Niniejsze opracowanie ma charakter popularnonaukowy, głównym jego celem jest przybliżenie zjawiska bullingingu w środowisku szkolnym osobom, które czują się prześladowane, szykanowane, jak i wszystkim zainteresowanym likwidowaniem tego rodzaju przemocy ze struktur szkolnych, między innymi: nauczycielom, psychologom, socjologom, pedagogom, lekarzom, terapeutom, prawnikom, a także innym służbom, które zajmują się funkcjonowaniem ucznia w środowisku szkolnym. Intencją autorki jest również przedstawienie wybranych metod reagowania na ten rodzaj przemocy w pracy, z przeznaczeniem do stosowania ich w konkretnej sytuacji przemocowej, oraz przeciwdziałania mu.

### **Bullying, agresja i przemoc w interakcjach szkolnych – ujęcie teoretyczne**

Na gruncie nauk społecznych zagadnienia agresji i przemocy w szkole są rozpoznane i stanowiące dość częsty element poglądów badaczy. Świadczą o tym między innymi liczne opracowania i prowadzone badania naukowego z tego zakresu. Najwięcej kontrowersji i polemiki wzbudziło określenie *bullying*. Zarówno na gruncie publikacji zagranicznych, jak i polskich pojawiają się dość znaczące różnice w pojmowaniu jego istoty. Pojęcie to oznacza *obchodzić się brutalnie, dręczyć*<sup>1</sup>. Oprócz stosowanej przemocy psychicznej w jego zakres zaliczyć możemy również akty przemocy fizycznej i seksualnej. Termin ten odnosi się do dzieci i ich funkcjonowania w grupie rówieśniczej, w której dochodziło do przejawów agresji fizycznej.

W celu lepszego zrozumienia przedstawiam poniżej różne współczesne punkty patrzenia badaczy krajowych i zagranicznych na termin *bullying*:

1. Najczęściej pojawia się on przy interpretowaniu nieetycznych zachowań wśród dzieci i młodzieży w środowisku szkolnym. Ofiarami tych zachowań mogą być jednostki albo też grupa.
2. Określeniem *bullying* oznacza się też przemoc fizyczną i psychiczną w środowisku pracy, inicjowaną ze strony przełożonego. To stanowisko charakterystyczne jest dla badaczy niemieckich. W przypadku badań na gruncie polskim przemoc w środowisku pracy nazywa się mobbingiem i nie stanowi ona tematu rozważań w niniejszym artykule<sup>2</sup>.

---

<sup>1</sup> HIRIGOYEN M.F., *Molestowanie w pracy*, Poznań, W drodze, 2003, s. 78.

<sup>2</sup> KOKOT A., *Mobbing – zagrożenie życia zawodowego pracownika*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2011, s. 6.

Na potrzeby niniejszego artykułu będę stosować pojęcie bullingingu na nazwanie pojedynczych aktów agresji, jak i całego mechanizmu (procesu) przemocy w myśl jego etymologii – *dręczyć, obchodzić się brutalnie*.

Agresja w szkole należy do zjawisk wieloaspektowych i złożonych. Zainteresowanie tym zagadnieniem datuje się na początek poprzedniego stulecia, łącząc je z pracami Zygmunta Freuda i Alfreda Adlera<sup>3</sup>. Termin zaproponowany przez A. Adlera, ukazujący agresję jako popęd. Podobne stanowisko wyrażał również Z. Freud. W literaturze znajdujemy różne rozumienia przemocy. M. Czub określa ją agresję jako postępowanie nastawione na wykonanie celu, inaczej: zachowanie typu osiągnięcia, którego realizacja jest ważna dla całości funkcjonowania jednostki w myśl etymologii tego słowa, tzn. *ruch do*<sup>4</sup>. Na tym etapie warto rozróżnić pojęcie wrogości od pojęcia agresywność.

Wśród wielu stanowisk badaczy istnieje przekonanie, że wrogość, podobnie jak gniew, ma tzw. „cenę dyspozycyjną”, tzn. może prowadzić do agresji, ułatwić jej wystąpienie, chociaż nie jest niezbędnym jej warunkiem<sup>5</sup>. Warto zaznaczyć, że pierwotną emocją człowieka jest złość. To emocja tak samo ważna i potrzebna jak pozostałe, typu radość, smutek i lęk. Oznacza to, że jej wystąpienie niekoniecznie musi w konsekwencji doprowadzić do zachowań przemocowych. Doznawanie złości jest tak samo potrzebne i naturalne jak uczucie miłości czy radości. Nie ma tzw. złych emocji (aneks nr 1 – *Karta emocji*). Niemniej jednak, gdy pewna „zajadłość” i agresja występują często łącznie u tych samych osób, warto zastanowić się, czy na podłożu pierwotnych i emocjonalnych relacji nie rozbudowuje się mechanizm agresywności, który w pewnych warunkach może przybrać postać wrogości, potrzeby destruktywności siebie bądź drugiego człowieka<sup>6</sup>. Zatem pierwszym etapem i ważnym zadaniem dla nauczycieli, wychowawców i rodziców jest nauczyć dzieci rozumienia i nazywania własnych emocji wraz z doskonaleniem umiejętności rozładowywania napięć emocjonalnych w tym złości, frustracji itp.

Powołując się na stanowisko B. Krahe, „agresję można postrzegać jako każde negatywne posunięcie fizyczne lub słowne, zwykle gwałtowne, będące na ogół reakcją na frustrację i mające na celu szkodę obiektu. Można również uważać ją za zachowanie gniewliwe, wrogie, niepohamowane, fizycznie lub słownie, związane z pojawieniem się takich stanów emocjonalnych jak rozdrażnienie, niezadowolenie, napięcie, gniew, rzadziej zagrożenie, strach lub lęk – skierowane przeciwko ze-

---

<sup>3</sup> POMYKAŁO W. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna*, Warszawa, Fundacja „Innowacja”, 1993, s. 8.

<sup>4</sup> CZUB M., *Zachowanie agresywne – agresja – osiągnięcie. Analiza zjawiska agresji jako istotnego czynnika w procesie socjalizacji*, „Kwartalnik Pedagogiczny”, 1992, nr 1, s. 126.

<sup>5</sup> NOWOTKA M., *Teorie agresji*, „Wychowawca”, 2009, nr 6, s. 14.

<sup>6</sup> PUSTELNIK J., *Agresja*, „Lider”, 2007, nr 9, s. 19.

wnętrznym źródłom wymienionych stanów emocjonalnych”<sup>7</sup>. Zasadnym wydaje się w tym miejscu pytanie o intencjonalność zachowań agresywnych. W naukach społecznych przyjmuje się, że działania agresywne traktowane są jako zamierzone zachowanie mające na celu spowodowanie cierpienia fizycznego lub psychicznego<sup>8</sup>. W wyniku doświadczeń w pracy z ofiarami i sprawcami przemocy również uzasadnione wydaje się wskazanie kierunku do dalszych rozważań związanego z pewnym nieświadomym stosowaniem zachowań agresywnych jako rezultat nagromadzonych frustracji i przeżyć i niedostatecznej umiejętności rozładowania napięć emocjonalnych.

W literaturze przedmiotu do najpowszechniejszych form agresji zalicza się agresję fizyczną i słowną. Do wskaźników agresji fizycznej najczęściej zalicza się: pobicia i bójki, niszczenie cudzych rzeczy, sprzętu szkolnego, zachęcanie do bicia i bicie młodszych kolegów, dewastację przyrody, drażnienie bądź zabijanie zwierząt<sup>9</sup>. Natomiast do najczęstszych objawów agresji słownej należą: straszenie, przezywanie, przekleństwa, krzyki, wyśmiewanie się, kłótnie, skarżenie, obmawianie, plotkowanie, złośliwe uwagi połączone z naśladowaniem gestów, mimiki, wyglądu i sposobu zachowania drugiej osoby<sup>10</sup>.

Agresję również można podzielić na bezpośrednią i pośrednią. W przypadku agresji bezpośredniej dochodzi do bezpośredniego ataku na osoby czy przedmioty będące źródłem frustracji w postaci jawnego bicia, kopania, gryzienia, przewracania, popychania czy wyśmiewania. Z kolei agresja pośrednia przejawia się głównie w postaci aktów szantażu emocjonalnego i manipulacji, plotkowania, ignorowania, ośmieszania czy wyśmiewania.

Można wyróżnić w literaturze przedmiotów następujące formy agresji:

- **Fizyczna** – identyfikowana z działaniami mającymi na celu uszkodzenia ciała ofiary, wywołanie bólu; wyraża różne stopnie brutalizacji. Przejawia się w dwóch postaciach – czynnej i biernej. Czynna to dynamiczne czynności typu bicie (z użyciem narzędzi – pałek, kastetów czy innych przedmiotów, np. użytku domowego, lub gołymi rękami), szturchanie, gryzienie, kopanie, drapanie, potrząsanie, ściskanie itp. Bierna natomiast może przejawiać się w wywieraniu nacisku poprzez zakazy lub uniemożliwianie wykonywania jakichś czynności, np. oddawania moczu, spania, mycia się czy zaspokajania innych potrzeb fizjologicznych – prowadzących do wycieńczenia organizmu i uszkodzenia, zarówno psychicznego, jak i fizycznego. Przemoc w formie biernej jest popularna wobec osób przebywających

<sup>7</sup> KRAHE B., *Agresja*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005, s. 23.

<sup>8</sup> IGIELSKA B., *Agresja pod lupą*, „Głos Nauczycielski”, 2007, nr 16, s. 8.

<sup>9</sup> KRAHE B., dz. cyt., s. 53.

<sup>10</sup> Tamże, s. 53.

w zamknięciu, odizolowanych od świata czy w realiach szkolnych, kiedy ofiara przebywa przez pewien czas z osobą stosującą przemoc i nie może wykonać określonych czynności lub narzucane mu są takie, które prowadzą do szkód fizycznych i psychicznych (np. wyczerpujące ćwiczenia fizyczne, kłęczenie na ostrych przedmiotach itp.).

- Psychiczna – oparta na wulgarnym słownictwie i różnych zachowaniach wywołujących wyraźne obniżenie pozycji ofiary na forum publicznym. W najłagodniejszej formie ma charakter werbalny. Jej podstawą jest tworzenie negatywnego wizerunku ofiary poprzez generowanie fałszywych plotek na jej temat lub koloryzowanie faktów, które mogłyby być odbierane negatywnie przez najbliższe środowisko, klasę. Często polega na wmaiwaniu pewnych faktów ofierze lub sugerowaniu różnych destruktywnych zachowań. W ramach tego zagadnienia mieszczą się również zjawiska długofalowej przemocy z pogranicza agresji fizycznej i psychicznej – takie jak symulowanie poprzez pewne rozpoznawalne gesty gwałtu czy seksu oralnego będące kolosalnym aktem poniżenia dla ofiary przemocy.
- Intencjonalna – jest zaplanowana i nastawiona na określony cel.
- Nieintencjonalna – nie posiada jasno sprecyzowanego celu, a jej sprawcy nie przyświecają przemyślane motywy.
- Jako cel sam w sobie.
- Uzasadniona – odwet.
- Ślepa – przypadkowa, nieprzemyślana.
- Bez intencji – wynikająca z charakterystycznego, patologicznego stylu bycia, demoralizacji<sup>11</sup>.

Pojawiające się zachowania agresywne wśród młodzieży głównie powiązane są z niezaspokojonymi potrzebami w zakresie przynależności, uznania społecznego czy akceptacji. Według hierarchii potrzeb A. Masłowa każdy człowiek powinien mieć zaspokojone najpierw potrzeby tak zwanego niższego rzędu (potrzeby fizjologiczne i potrzeba bezpieczeństwa), po czym w kolejności zaspokoić można potrzeby wyższego rzędu (potrzeby przynależności, uznania i samorealizacji) – patrz: aneks nr 2: *Hierarchia potrzeb A. Masłowa*. Istotnym wydaje się wskazanie, że niedostateczne zadbanie w tym obszarze może powodować powstawanie zachowań agresywnych wśród dzieci i młodzieży. Nie bez znaczenia są tutaj warunki i relacje w pozostałych środowiskach społecznych, takich jak rodzina, szkoła, grupa rówieśnicza. W związku z istniejącą potrzebą budowania i podtrzymywania więzi można stwierdzić, że agresywność może być skutkiem oziębłości rodzica, nauczyciela, grupy rówieśniczej, niedostatecznego zainteresowania z ich stro-

---

<sup>11</sup> PILCH T. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku, tom IV*, Warszawa, Żak, 2005, s. 1057.

ny lub występować jako reakcja na nadmierną surowość. Również częste zakazy i nakazy, zmniejszanie samodzielności, nadopiekuńczość rodzica mogą spełniać też funkcję wyzwalacza agresji.

T. Tomaszewski postrzega zachowanie agresywne jako dodatkową frustrację, która zwiększa stopień pobudzania do agresji. Z tego względu należy więc oczekiwać, że im silniejsze będzie zahamowanie agresji skierowanej na czynnik frustracyjny, tym intensywniej wystąpi jej przemieszczenie<sup>12</sup>.

Do przejawów bullyingu zaliczyć możemy również wandalizm rozumiany jako złośliwe i bezcelowe dewastowanie własności publicznej i prywatnej, dokonywane bez określonego celu, przyczyny oraz uzasadnienia<sup>13</sup>, na przykład wulgarne napisy skierowane do ogółu lub obrażające daną jednostkę, umieszczanie ich w miejscach publicznych, zarówno w szkole, jak i poza nią oraz akty wandalizmu skierowane na przestrzeń miejską – niszczenie zieleni, graffiti, wybijanie szyb itp.<sup>14</sup>

Środowisko, w którym funkcjonuje uczeń, może dążyć do narzucenia dziecku pewnego sposobu bycia, myślenia, czucia przyjętego przez grupę, czyli może wzbudzać posłuszeństwo wobec osób posiadających pewne pozorne symbole władzy, na przykład w postaci większej popularności w grupie, poczucia sprawcy bycia silniejszym i dominującym człowiekiem itp. Z racji, że posłuszeństwo i konformizm nie jest reakcją naturalną, dziecko walczy o niezależność, buntując się i odmawiając swojego dostosowania do świata. Z kolei główną postacią rodzinnego nieprzystosowania jest odmowa miłości, frustracji i wynikającej stąd agresji<sup>15</sup>.

Uwarunkowania bullyingu przedstawiane w literaturze przedmiotu są wieloaspektowe i zróżnicowane. Podążając za J. Danilewską, można wskazać obszary przyczyn jego powstawania. Są to:

- a) Przyczyny istniejące w rodzinie – głównie zaliczyć tu można: wzbudzenie poczucia winy i obowiązku, wzbudzanie posłuszeństwa, bicie, brutalne traktowanie, ostre wybuchy gniewu (gdy dziecko spotyka się w domu z agresywnym zachowaniem rodziców, istnieje prawdopodobieństwo, że u takiego dziecka wykształci się tzw. agresja naśladowcza); bezuczuciowa postawa wobec dziecka ze strony głównego opiekuna, najczęściej matki; niedostatek ciepła, zaangażowania, zainteresowania sprawami dziecka; zbyt duża tolerancja i przyzwolenie na stosowanie agresji wobec innych osób rówieśników, rodzeństwa i dorosłych, szczególnie w pierwszych latach jego

<sup>12</sup> TOMASZEWSKI T. (red.), *Psychologia*, Warszawa, PWN, 1975, s. 643.

<sup>13</sup> PUFAL-STRUZIK I. (red.), *Agresja dzieci i młodzieży: uwarunkowania indywidualne, rodzinne i szkolne*, Kielce, Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP, 2007, s. 74.

<sup>14</sup> Tamże, s. 70 i n.

<sup>15</sup> TSIRIGOTIS K., LEWIK-TSIRIGOTIS E., *Agresja i przemoc wśród dzieci i młodzieży: próby rozwiązania*, „Nauczyciel i Szkoła”, 2005, nr 1/2, s. 51.

życia; niedawanie jasnego przekazu, co jest dobre, a co jest złe; niedawanie jasno wyznaczonych granic, co wolno, czego nie wolno; wyznawanie idei, że dziecko nie ma głosu; częste kryzysy rodzinne (kłótnie, rozwód); niespójne wzorców zachowań – co innego się mówi, co innego robi; płomienny temperament samego dziecka, natychmiastowa reakcja na bodźce zewnętrzne i wewnętrzne; nierozwinięta u dziecka samokontrola własnych emocji – dzieci nie kontrolują swoich zachowań i reakcji emocjonalnych wywołanych strachem, lękiem, poczuciem winy lub krzywdy<sup>16</sup>.

b) Przyczyny tkwiące w szkole, placówce wychowawczej – ze względu na przeprowadzany proces dydaktyczny oraz specyficzne warunki funkcjonowania w szkole mogą pojawić się zachowania agresywne. Do przyczyn takich zachowań w tym zakresie należą szczególnie:

- gwar, hałas, mała przestrzeń i ograniczona ruchliwość dziecka,
- czas spędzony przede wszystkim w sposób ukierunkowany,
- wiadoma sytuacja oceny i narzucony z góry porządek,
- za dużo okoliczności bez możliwości wyboru, wycofania się z pracy grupy,
- anonimowość,
- nazbyt liczne klasy, grupy<sup>17</sup>.

c) Wpływ grupy rówieśniczej.

d) Wpływ mediów – pojawiająca się w mediach agresja i przemoc traktowana jest komercyjnie, chociażby ze względu na sprzedaż i oglądalność<sup>18</sup>.

Przyczyny powstawania bullyingu mogą także tkwić w zakłóceniach komunikacyjnych w grupie rówieśniczej i w relacjach z pozostałymi podmiotami edukacyjnymi, przez co jawi się on jako rezultat powstawania niedomówień, braku artykułowania swoich potrzeb i oczekiwań oraz radzeniem sobie w sytuacjach trudnych. Określone trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu kontaktu posiada nawet człowiek dorosły, a co dopiero dojrzewające dziecko, które uczy się funkcjonować w różnych obszarach życia, np. w szkole, grupie rówieśniczej czy rodzinie.

Komunikacja towarzyszy nam w każdej dziedzinie. Choć wydaje się sprawą prostą („No jak to! Przecież potrafię rozmawiać ze swoim kolegą, mamą, tatą czy przyjaciółmi!”), to skuteczna komunikacja jest bardzo złożonym procesem i wymaga od rozmówców między innymi wiedzy, dobrych chęci, pozytywnego nastawienia, a także kompetencji komunikacyjnych. W pracy z ofiarami przemocy w środowisku szkolnym często pojawia się zdanie: „No, przecież jej / jemu mó-

---

<sup>16</sup> BAUMEISTER F.R., VOHS K.D., *Korzenie zła*, „Charaktery”, 2008, nr 4, s. 28.

<sup>17</sup> PUFAL-STRUZIK I. (red.), dz. cyt., s. 82.

<sup>18</sup> DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci – szkoła porozumienia*, Warszawa, WSiP, 2002, s. 57.

wiłam, dałam wskazówki, a i tak wyszło inaczej”. Wbrew pozorom niedogadywanie się i niedopytywanie się: „co miałaś/eś na myśli, ponieważ nie zrozumiałam/em twojej wypowiedzi” może stać się jednym z powodów zaistnienia przemocy psychicznej w szkole. Jednym z instrumentów sprawcy bullingingu (przemocy), związanym z nieodomówieniem, jest plotka. Główny jej cel stanowi pozbawienie autonomiczności i wiarygodności człowieka. Zarzuty postawione drugiej osobie niepoparte żadną argumentacją oraz dowodami możemy zaklasyfikować do pojęcia plotki. Informacje negatywne o drugim człowieku rozpowszechniają się sześciokrotnie szybciej i zdecydowanie skuteczniej są odbierane od informacji pozytywnych na człowieka jego temat<sup>19</sup>. Zdarza się często, że człowiek nie może opanować się od niewysłuchiwania plotek na temat kolegi lub też dopasowuje wyimaginowaną „prawdę” do zaistniałej sytuacji czy potwierdzenia swojej opinii na temat ucznia. Jednorazowe wykorzystanie plotki do celów upokorzenia człowieka nie stanowi jeszcze bullingingu, lecz może stać się początkiem zaistnienia tego zjawiska. Częste powtarzanie nieprawdziwych informacji na temat drugiego człowieka nasila proces dehumanizacji osoby będącej obiektem plotek. Siła tego instrumentu przemocy jest niewyobrażalna. Na zawsze pozostawia ślad w psychice drugiego człowieka<sup>20</sup>. Również spostrzeganie osoby będącej obiektem plotki ulega zmianie. M. Hirigoyen stwierdza: „Aby pogrążyć drugą osobę, ośmiesza się ją, upokarza, szydzi z niej, aż utraci ona wiarę w siebie. Stosuje się także oszczerstwa, kłamstwa i niedopowiedzenia o niezycziwym zabarwieniu. Manewruje się tak, aby ofiara o nich wiedziała, nie mogąc się jednocześnie przed nimi bronić”<sup>21</sup>.

Przedstawiony powyżej mechanizm działania plotki zawsze doprowadzi do zamierzonego celu, czyli do podważenia prawdomówności, kompetencji i autorytetu dziecka. Metodą na zwalczanie plotek, a raczej na niedopuszczenie do ich rozwoju, jest przede wszystkim niewysłuchiwanie informacji, gdy nie jesteśmy pewni, czy są one prawdziwe. W tym celu najlepszym sposobem na sprawdzenie wiarygodności jest udanie się do osoby posądzonej, oczernianej i zapytanie wprost. Jednak nawet wtedy nie zawsze udaje się zorientować, czy plotka jest prawdziwa. Mniej inwazyjną metodą jest doskonalenie kompetencji komunikacyjnych, które stanowią przedmiot rozważań w naukach społecznych. Zwiększają one szansę na reagowanie i niepojawienie się bullingingu w szkole. Zatem jak skutecznie komunikować się ze sobą nawzajem, aby uniknąć przemocy? Rozważania należy rozpocząć od wyjaśnienia struktury aktu komunikacyjnego.

<sup>19</sup> GRABOWSKA B., *Psychoterror w pracy oraz jak zapobiegać i radzić sobie z mobbingiem*, Gdańsk, Studio Kreacji Wizualnej „Wielbłąd”, 2003 s. 23.

<sup>20</sup> KOKOT A., dz. cyt., s. 60 i n.

<sup>21</sup> Tamże, s. 55 i n.



#### Schemat nr 1 - Proces komunikowania się werbalnego

NADAWCA —————> ODBIORCA

intencja – kodowanie – przekazywanie – dekodowanie – interpretacja – informacja zwrotna

Źródło: K. Górniak, *Warsztat pracy doradcy zawodowego – komunikacja*, Zeszyty Informacyjno-  
-Metodyczne Doradcy Zawodowego – zeszyt nr 29, Warszawa, Ministerstwo Gospodarki i Pracy,  
2004, s. 12.

**Intencja** – jest to myśl, która pojawia się u nadawcy, osoby inicjującej proces komunikacji. Intencja, ażeby mogła być zrozumiana, musi zostać przełożona na rozpoznawalne i dostępne dla odbiorcy znaki, czyli musi podlegać kodowaniu.

**Kodowanie** to przekładanie myśli i intencji na konkretne informacje przy wykorzystaniu odpowiedniego kodu, czyli szeregu znaków umownych, których znaczenie nie jest obce ani nadawcy, ani odbiorcy. Najczęściej posługujemy się kodem językowym zarówno w wersji pisanej, jak i mówionej, który wsparty jest kodem pozawerbalnym, np. gestami, mimiką.

**Przekazywanie** informacji, czyli zakodowanych intencji, polega na użyciu odpowiednich kanałów komunikacyjnych i środków, które umożliwiają wędrówkę wiadomości, np. spotkanie „twarzą w twarz”, spotkania grupowe, komputery, kasety video, tradycyjna poczta, telefon.

**Dekodowanie** – jest to przekładanie odebranych sygnałów i znaków na treści i znaczenia.

**Interpretacja** – jest to próba poszukiwania w otrzymanej treści intencji, jaka towarzyszyła przy jej powstawaniu. Ważne jest, aby treść komunikatu, którą odebrał odbiorca, zgadzała się z intencją nadawcy<sup>22</sup>.

Komunikowanie się ze sobą jest procesem złożonym i trudnym. Jej skuteczność zależy od wielu czynników. Wzajemne uprzedzenia, podejrzania, lęk przed odrzuceniem powodują, że w trakcie jej trwania możemy „wyłączyć się”. Ponadto do zachowań, które utrudniają aktywne i uważne słuchanie, zaliczyć można określone poniżej:

1. W sytuacjach wymagających uważnego słuchania myślę o innych sprawach lub też nie zabezpieczam się przed zakłóceniami z zewnątrz.
2. Z góry zakładam, iż wiem, co inni mają do powiedzenia i w rezultacie wyłączam się.
3. Kiedy rozmówca robi pauzę, dopowiadam w myślach dalszy ciąg jego wypowiedzi.

---

<sup>22</sup> GÓRNIAK K., *Warsztat pracy doradcy zawodowego – komunikacja*, zeszyty przedmiotowo-metodyczne, Warszawa, Ministerstwo Gospodarki i Pracy, 2004, s. 13–14.

4. Niecierpliwie się i przestaję słuchać, kiedy rozmówcy mówią rzeczy, z którymi się nie zgadzam lub o których nie chcę wiedzieć.
5. Nie zwracam uwagi na sygnały pozawerbalne: brzmienie i ton głosu, postawę czy też tempo wypowiedzi.
6. Wolę udawać, że rozumiem, co do mnie powiedziano, zamiast ryzykować niezręczną sytuacją, prosząc rozmówcę o powtórzenie wypowiedzi.
7. Słuchając, koncentruję się jedynie na szczegółach, a nie na całości wypowiedzi.
8. Zaczynam się nerwowo kręcić, kiedy rozmówca wypowiada się zbyt wolno lub też jego wypowiedź zaczyna mnie nudzić.
9. Zastanawiam się nad sprawami, które nie mają żadnego związku z rozmową (na przykład ubiór).
10. W trakcie wypowiedzi rozmówcy oddaje się marzeniom.
11. Zamiast uważnie słuchać, stale reaguję na wypowiedzi rozmówcy (na przykład „aha”, „racja”).
12. Posługuję się językiem ciała, który utrudnia kontakt (na przykład mam skrzyżowane ręce na klatce piersiowej)<sup>23</sup>.

Powyższe zachowania sygnalizują problemy, które pojawiają się podczas rozmowy najczęściej. Zmniejszają one skuteczność aktywnego słuchania. Jak już zostało zaznaczone, komunikacja interpersonalna jest procesem skomplikowanym. Czasem zmęczenie jest wystarczającym powodem utrudniania rozumienia i interpretowania komunikatów od nadawcy. W przypadku dzieci doświadczających przemocy psychicznej w szkole takie niedomówienia pojawiają się systematycznie. Zatem jedną z form przeciwdziałania przemocy w szkole jest rozwój i doskonalenie umiejętności komunikacyjnych. Warto zapamiętać, że:

- Jesteś dobrym słuchaczem, kiedy: wyrażasz zainteresowanie poprzez utrzymywanie kontaktu wzrokowego, siedzisz blisko, kiwasz głową w trakcie rozmowy, wydajesz dźwięki potwierdzające rozumienie np. „mhm”, zadajesz czasem pytania, kiedy niedokładnie rozumiesz, pochylasz się w stronę osoby mówiącej (nie zagrażając jej poczuciu prywatności), uśmiechasz się zachęcająco (nigdy ironicznie), mimiką i postawą ciała potwierdzasz chęć kontaktu, czasem parafrazujesz, czyli powtarzasz własnymi słowami to, co usłyszałeś w celu upewnienia się, że zrozumiałeś prawidłowo, jesteś akceptujący, a nie oceniający, empatyczny (tzn. wczuwający się).
- Jesteś dobrym rozmówcą, kiedy: pamiętasz, że rozmowa to proces dwustronny, rodzaj wymiany myśli, kiedy nie tylko potrafisz się wypowiadać,

---

<sup>23</sup> ROSZATYCKA H., *Sztuka dobrej komunikacji- warsztaty psychologiczne, materiały szkoleniowe dla dyrektorów i kierowników pomocy społecznej*, Miszewo 1998

ale i słuchać, kiedy wiesz zawsze dokładnie, co chcesz powiedzieć i jak to zrobić, gdy rozumiesz reakcję partnera w rozmowie, gdy potrafisz używać języka odpowiedniego dla audytorium oraz wyraźnie i jasno formułować myśli, kiedy jesteś w stanie wywołać i utrzymać uwagę słuchacza, gdy nie tylko potrafisz zrozumieć, ale i podążać tropem czyjejś myśli nawet, gdy jest to sprzeczne z twoimi poglądami (tzw. otwartość poznawcza), gdy zdajesz sobie sprawę, że większość procesu porozumiewania się przebiega bez słów.

- Jesteś dobrym mówcą, kiedy: koncentrujesz się na zadaniu, a nie na sobie (na przykład swoim drżącym głosem), kiedy struktura twojej wypowiedzi jest jasna (wstęp, rozwinięcie, zakończenie, wnioski), kiedy znasz i stosujesz różne techniki utrzymania uwagi, na przykład użycie przykładów, slajdów, projektora, kiedy nie nudzisz i zwracasz uwagę na reakcje audytorium, pozwalając odetchnąć, gdy jesteś na luzie i masz poczucie humoru, gdy się uśmiechasz i gdy modelujesz głos, kontrolujesz jego siłę i tempo wypowiedzania się oraz gdy masz do siebie zaufanie<sup>24</sup>.

Niezależnie od warunków i okoliczności w szkole niedomówienia i plotki zawsze należy wyjaśniać. Warto dopytywać się o niezrozumiałe dla nas kwestie, a nie przyjmować je nie do końca wyjaśnione. Ciągłe doskonalenie kompetencji komunikacyjnych pomoże poprawić jakość i skuteczność rozmów prowadzonych w ciągu całego życia. Jednym z warunków dobrej komunikacji jest poprawne używanie języka, który będzie zrozumiały dla odbiorcy. Rzeczy trudne można wyjaśnić i przedstawić, używając języka prostego, nieskomplikowanego.

### **Prewencja, reagowanie i wsparcie dla dzieci doświadczających bullyingu w szkole – aspekt porad**

Osoba, która doświadcza przemocy w szkole, w pewnym momencie podejmuje decyzję o szukaniu pomocy w rodzinie, wśród koleżanek lub kolegów, czy też u osób trzecich, np. u pedagoga, psychologa. Z początku odczuwane przez ofiarę symptomy fizyczne, np. kłopoty ze snem, nadmierny apetyt lub jego brak, potliwość, niechęć do nauki, kłopoty z koncentracją, nie są przez nią kojarzone ze stresującą sytuacją w szkole. Na ogół myśli, że to po prostu wynik przemęczenia. Dopiero po wstępnej diagnozie specjalistów w szkole bądź lekarzy, okazuje się, że obecny stan jej zdrowia jest zależny od sytuacji i doświadczeń szkolnych. W świetle zaleceń Światowej Organizacji Zdrowia programy profilaktyczne powinny obejmować trzy zasadnicze rodzaje działań:

---

<sup>24</sup> Tamże.

- 1) prewencję pierwotną – budowanie pozytywnej atmosfery w szkole opartej na poczuciu bezpieczeństwa i stabilizacji;
- 2) prewencję wtórną – głównie realizując zajęcia w zakresie doskonalenia kompetencji społecznych dziecka;
- 3) prewencję trzeciorzędową – ukierunkowaną przede wszystkim na działania pomocne takie jak: pomoc psychologiczna / psychoterapeutyczna / psychiatryczna, pomoc prawna, pomoc instytucjonalna<sup>25</sup>.

Jedną z form, która może pomóc w odpieraniu ataków bullyingu, jest doskonalenie zachowań asertywnych, które definiowane są jako: „bezpośrednie, uczciwe i stanowcze wyrażenie wobec innej osoby swoich uczuć, postaw, opinii lub pragnień, w sposób respektujący uczucia, postawy, opinie, prawa i pragnienia tej drugiej osoby”<sup>26</sup>. Zapewne każdy z osób spotkał się w życiu z określeniem „asertywność”. Istotne jest uświadomienie ludziom, że człowiek z asertywnością się nie rodzi. Jest to umiejętność, którą jednak może nabyć każdy, niezależnie od wieku czy wykonywanego zawodu. Wystarczy chcieć! Warto zapoznać się przy tym z pięcioma prawami H. Fensterheima:

- 1) Masz prawo do robienia tego, co chcesz – dopóty, dopóki nie rani to kogoś innego.
- 2) Masz prawo do zachowania swojej godności poprzez asertywne zachowanie, nawet jeśli rani to kogoś innego – dopóty, dopóki twoje intencje nie są agresywne, lecz asertywne.
- 3) Masz prawo do przedstawiania innym swoich próśb – dopóty, dopóki uznajesz, że druga osoba ma prawo odmówić.
- 4) Istnieją takie sytuacje między ludźmi, w których prawa nie są oczywiste. Zawsze jednak masz prawo do przedyskutowania tej sprawy z drugą osobą i wyjaśnienia jej.
- 5) Masz prawo do korzystania ze swych praw<sup>27</sup>.

Początki stawania się osobą asertywną są trudne. Nie warto zrażać się początkowymi niepowodzeniami. Zachęcam także do przeczytania uważnie określeń zawartych w załączniku nr 3, które M. Król-Fijewska określa jako zdania pro-asertywne, i do zastanowienia się, w jakich sytuacjach będą one wykorzystywane.

---

<sup>25</sup> MERECZ D., MOŚCISKA A., DRABEK M., *Mobbing w środowisku pracy. Charakterystyka zjawiska, jego konsekwencje, aspekty prawne i sposoby przeciwdziałania*, Łódź, Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera, 2005, s. 30 i n.

<sup>26</sup> KRÓL-FIJEWSKA M., *Trening asertywności*, Warszawa, Instytut Psychologii Zdrowia, 1993, s. 84.

<sup>27</sup> Tamże, s. 83.

W literaturze przedmiotu można spotkać się z zachowaniami asertywnymi i nieasertywnymi. Do drugiej grupy zaliczyć możemy zachowania: bierne (uległe), agresywne i manipulacyjne. Oto krótka charakterystyka wybranych zachowań nieasertywnych i asertywnych:

**Postawa bierna (uległa) – zachowanie nieasertywne:**

- a) brak pewności siebie i niska samoocena,
- b) brak szacunku do samego siebie,
- c) poniżanie samego siebie,
- d) negatywne uczucia i myśli na temat własnej osoby,
- e) poczucie niższości w stosunku do innych,
- f) przekazywanie innym kontroli nad sytuacją i otoczeniem,
- g) poczucie winy,
- h) brak motywacji.

**Postawa manipulacyjna – zachowanie nieasertywne:**

- a) brak pewności siebie i niska samoocena,
- b) brak szacunku do siebie oraz innych ludzi,
- c) podejrzliwość i niedowierzanie w stosunku do motywów działań otoczenia,
- d) negatywne myśli i uczucia na temat innych osób oraz własnego „ja”,
- e) duża ostrożność w stosunku do innych,
- f) nieuczciwość i brak szczerości,
- g) zniekształcanie znaczeń cudzych wypowiedzi,
- h) podawanie w wątpliwość poczucia godności innych ludzi,
- i) depresja i brak motywacji.

**Postawa agresywna – zachowanie nieasertywne:**

- a) brak pewności siebie i niska samoocena,
- b) brak szacunku dla innych,
- c) lekceważenie innych,
- d) poczucie wyższości,
- e) chęć kontrolowania otoczenia i sytuacji,
- f) brak zainteresowania cudzymi uczuciami i myślami,
- g) złość w stosunku do innych ludzi i skłonność do obwiniania ich,
- h) nieumiejętność słuchania pytań i zadawania ich,
- i) ignorowanie reakcji otoczenia.

**Postawa asertywna – zachowanie asertywne:**

- a) pewność siebie i wysoka samoocena,
- b) szacunek dla samego siebie oraz innych,
- c) odpowiedzialność za siebie,
- d) motywacja do dobrej pracy,
- e) zainteresowanie uczuciami oraz myślami innych ludzi,
- f) umiejętność zadawania pytań,
- g) uczciwość i bezpośredniość,
- h) umiejętność słuchania innych,
- i) potrzeba poznania reakcji otoczenia<sup>28</sup>.

Wymienione zachowania stanowią tylko element większej grupy zachowań występujących w literaturze przedmiotu. Zachowanie człowieka możemy rozpatrywać w związku przyczyno-skutkowym. Zatem jakie istnieją powody, które warunkują powstawanie postaw asertywnych i nieasertywnych, oraz jakie niosą one za sobą skutki? Poniżej przedstawiono syntetycznie zarys omawianej problematyki:

**Przyczyny**

lęk wobec innych ludzi  
obawa utraty sympatii  
chęć uniknięcia konfliktów  
poczucie niższości  
posłuszeństwo jako zasada postępowania

**Przyczyny**

chęć wyładowania złości  
poczucie wyższości  
chęć zwrócenia na siebie uwagi  
brak umiejętności innego zachowania się

**Przyczyny**

traktowanie ludzi jako głupszych  
maskowanie uczuć i brak otwartości  
podejście: „chce wygrać cudzym kosztem”  
podejrzliwość – niechęć do kontaktów z tobą  
nieuczciwość – utrata zaufania otoczenia

**Skutki zachowań uległych**

utrata szacunku otoczenia  
lekceważenie  
poczucie krzywdy, silny stres  
wykorzystywanie przez innych

**Skutki zachowań agresywnych**

ostre konflikty z ludźmi  
utrata sympatii otoczenia  
ośmieszanie się  
poważne kłopoty ze zdrowiem

**Skutki zachowań manipulacyjnych**

złość i agresja  
narastanie konfliktów  
wymierne straty innych ludzi

---

<sup>28</sup> ROZWADOWSKA W., *Asertywność*, „Zajrzyj w siebie...”, 2006, nr 5, s. 10–11.

### **Przyczyny**

chęć kontrolowania własnego życia  
unikanie kłamstwa, otwartość  
niechęć do ranienia ludzi  
szacunek wobec innych  
chęć realizacji własnych celów życiowych

### **Skutki zachowań asertywnych**

etykieta osoby pewnej siebie  
wzrost skuteczności  
wzrost szacunku do siebie  
wzrost szacunku do ciebie  
zmiany na plus w relacjach  
z ludźmi<sup>29</sup>

Warto zaznaczyć, że osoby uległe (bierne) mogą odbierać osoby asertywne jako agresorów o zachowaniach agresywnych. Zatem warto wskazać różnicę pomiędzy tymi typami zachowań. „Zachowanie asertywne różni się więc od zachowania agresywnego, oznacza bowiem korzystanie z osobistych praw bez naruszania praw innych osób. Zachowanie asertywne różni się też od zachowania uległego, zakłada bowiem działanie zgodne z własnym interesem oraz stanowczą obronę siebie i swoich praw – bez nieuzasadnionego niepokoju”<sup>30</sup>.

Zachęcam ponadto do wypełnienia *Kwestionariusza autopercepcji według Annie Townend* (aneks 4), który służy do rozpoznawania zachowań asertywnych i nieasertywnych. Kwestionariusz jednak nie może stanowić podstawy do pełnej diagnozy. Ze spectrum metod i technik psychologicznych warto wskazać i opisać technikę relaksacyjną, którą jest między innymi trening autogenny Schultza. Metoda ta wywodzi się z Dalekiego Wschodu i jest przystosowana dla każdego Europejczyka. Metoda ta korzysta z zasady ścisłego powiązania układu mięśniowego z układem nerwowym oraz układu nerwowego z układem oddechowym. Mówiąc językiem potocznym, gdy jesteśmy spokojni, to mięśnie są rozluźnione, a gdy jesteśmy zdenerwowani – są napięte. W przypadku oddychania, gdy jesteśmy spokojni, oddychamy wolno (najwolniej, gdy śpimy) i głęboko, a gdy jesteśmy zdenerwowani, oddech jest szybki i płytki. Metoda ta uczy rozluźniania mięśni i spokojnego oddychania. Ćwiczenie należy powtarzać ok. 3 razy dziennie do czasu, kiedy się człowiek nie nauczy, a następnie w razie potrzeby<sup>31</sup>.

Przedstawione elementy w zakresie prewencji i reagowania na przemoc w szkole mają pomóc w zapobieganiu i radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami, z którymi dziecko boryka się w swoim życiu.

---

<sup>29</sup> Tamże, s. 12.

<sup>30</sup> KRÓL-FIJEWSKA M., dz. cyt., s. 84.

<sup>31</sup> MITEK A., ROSZATYCKA H., *I ty bądź reżyserem swojego życia – warsztaty psychologiczne, materiały szkoleniowe*, Bydgoszcz, Ośrodek Rozwoju Osobistego i Leczenia Zaburzeń Emocjonalnych Genesis, 2002.

**Zamiast zakończenia kilka porad dla młodzieży doświadczających przemocy w szkole:**

- 1) Pamiętaj: nie jesteś jedyny, który doświadcza przemocy psychicznej w szkole. Ten problem dotyka wiele osób.
- 2) Zgłoś ten problem koniecznie osobie dorosłej z terenu szkoły, np. wychowawcy, pedagogowi lub rodzicom, przyjaciołom itp.
- 3) Pisz tzw. kalendarium zdarzeń (data, czas, miejsce, kto był obecny i czego dotyczyła dana sytuacja) – pamięć ludzka jest zawodna, a dzięki zapiskom zawsze można wrócić do konkretnych sytuacji.
- 4) Staraj się zawsze rozmawiać w towarzystwie innych osób.
- 5) Postaraj się uzyskać wsparcie ze strony kolegów, koleżanek.
- 6) Zamiast zamykać się „w czterech ścianach”, rozmawiaj o tej sytuacji z rodziną i przyjaciółmi. Ich wsparcie i pomoc jest bezcenna, a poza tym „co dwie głowy to nie jedna”.
- 7) Gdy zawiodą twoje umiejętności i nie uda Ci się rozwiązać sytuacji na miejscu, poszukaj pomocy poza szkołą. Nie bój się prosić o pomoc!
- 8) Zamiast odkładania decyzji „zrobienia porządku” na później wykorzystaj wszystkie możliwości rozwiązania problemu (mimo że wydaje Ci się, iż jest to „walka z wiatrakami”).
- 9) Gdy nadarzy się okazja, korzystaj ze szkoleń i kursów, na przykład z zakresu asertywności i rozwiązywania konfliktów. Tam pod okiem specjalistów zwiększysz swoje umiejętności konieczne do poradzenia sobie z tą trudną sytuacją.
- 10) Pamiętaj, że ta sytuacja jest odwracalna. Można i trzeba ją zmienić!
- 11) (Tu jest miejsce na twoje sposoby radzenia sobie z tą trudną sytuacją) .....
- 12) .....
- 13) .....
- 14) .....

**BIBLIOGRAFIA**

- ARONSON E., *Człowiek istota społeczna*, Warszawa, PWN, 1997.
- BAUMEISTER F.R., VOHS K.D., *Korzenie zła*, „Charaktery”, 2008, nr 4.
- BERNE E., *W co grają ludzie – psychologia stosunków międzyludzkich*, Warszawa, PWN, 1999.
- CIALDINI R., *Wywieranie wpływu na ludzi*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 1996.



- CZUB M., *Zachowanie agresywne – agresja – osiągnięcie. Analiza zjawiska agresji jako istotnego czynnika w procesie socjalizacji*, „Kwartalnik Pedagogiczny”, 1992, nr 1.
- DANILEWSKA J., *Agresja u dzieci – szkoła porozumienia*, Warszawa, WSiP, 2002.
- FORWARD S., FRAZIER D., *Szantaż emocjonalny. Jak się obronić przed manipulacją i szantażem*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2001.
- GÓRNIAK K., *Warsztat pracy doradcy zawodowego – komunikacja*, zeszyty przedmiotowo-metodyczne, Warszawa, Ministerstwo Gospodarki i Pracy, 2004.
- GRABOWSKA B., *Psychoterror w pracy oraz jak zapobiegać i radzić sobie z mobbingiem*, Gdańsk, Studio Reacji Wizualnej „Wielbłąd”, 2003.
- HERMAN J.L., *Przemoc – uraz psychiczny i powrót do równowagi*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.
- HIRIGOYEN M.F., *Molestowanie w pracy*, Poznań, W drodze, 2003.
- IGIELSKA B., *Agresja pod lupą*, „Głos Nauczycielski”, 2007, nr 16.
- KOKOT A., *Doskonalenie kompetencji społecznych instrumentem przeciwdziałania mobbingowi*, [w:] *Wybrane problemy pedagogiki pracy w aspekcie przygotowania do zatrudnienia*, Gerlach R., Kulpa-Puczyńska A., Tomaszewska-Lipiec R. (red.), Bydgoszcz, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, 2008.
- KOKOT A., *Mobbing – zagrożenie życia zawodowego pracownika*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2011.
- KRAHE B., *Agresja*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2005.
- KRÓL-FIJEWSKA M., *Stanowczo, łagodnie, bez lęku*, Warszawa, W.A.B., 2005.
- KRÓL-FIJEWSKA M., *Trening asertywności – scenariusz i wykłady*, Warszawa, Instytut Psychologii Zdrowia, 1993.
- MERECZ D., MOŚCICKA A., DRABEK M., *Mobbing w środowisku pracy. Charakterystyka zjawiska, jego konsekwencje, aspekty prawne i sposoby przeciwdziałania*, Łódź, Instytut Medycyny Pracy im. prof. J. Nofera, 2005.
- MITEK A., ROSZATYCKA H., *I ty bądź reżyserem swojego życia – warsztaty psychologiczne*, materiały szkoleniowe, Bydgoszcz, Ośrodek Rozwoju Osobistego i Zaburzeń Emocjonalnych Genesis, 2002.
- MITEK A., ROSZATYCKA H., *Ekspresja dominacji, stanowczości i kompetencji w byciu efektywnym przełożonym*, warsztaty psychologiczne, Bydgoszcz, Ośrodek Rozwoju Osobistego i Leczenia Zaburzeń Emocjonalnych Genesis, 2003.
- NAZARE-AGA I., *Nie pozwól sobą manipulować w życiu*, Warszawa, KDC, 2004.
- NOWOTKA M., *Teorie agresji*, „Wychowawca”, 2009, nr 6.
- PILCH T. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, tom IV, Warszawa, Żak, 2005.
- POMYKAŁO W. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna*, Fundacja Innowacja, Warszawa 1993.
- PUFAL-STRUZIK I. (red.), *Agresja dzieci i młodzieży: uwarunkowania indywidualne, rodzinne i szkolne*, Kielce, Wydawnictwo Pedagogiczne ZNP, 2007.
- ROSZATYCKA H., *Sztuka dobrej komunikacji – warsztaty psychologiczne, materiały szkoleniowe dla dyrektorów i kierowników pomocy społecznej*, Miszewo 1998.
- ROZWADOWSKA W., *Asertywność*, „Zajrzyj w siebie...”, 2006, nr 5.

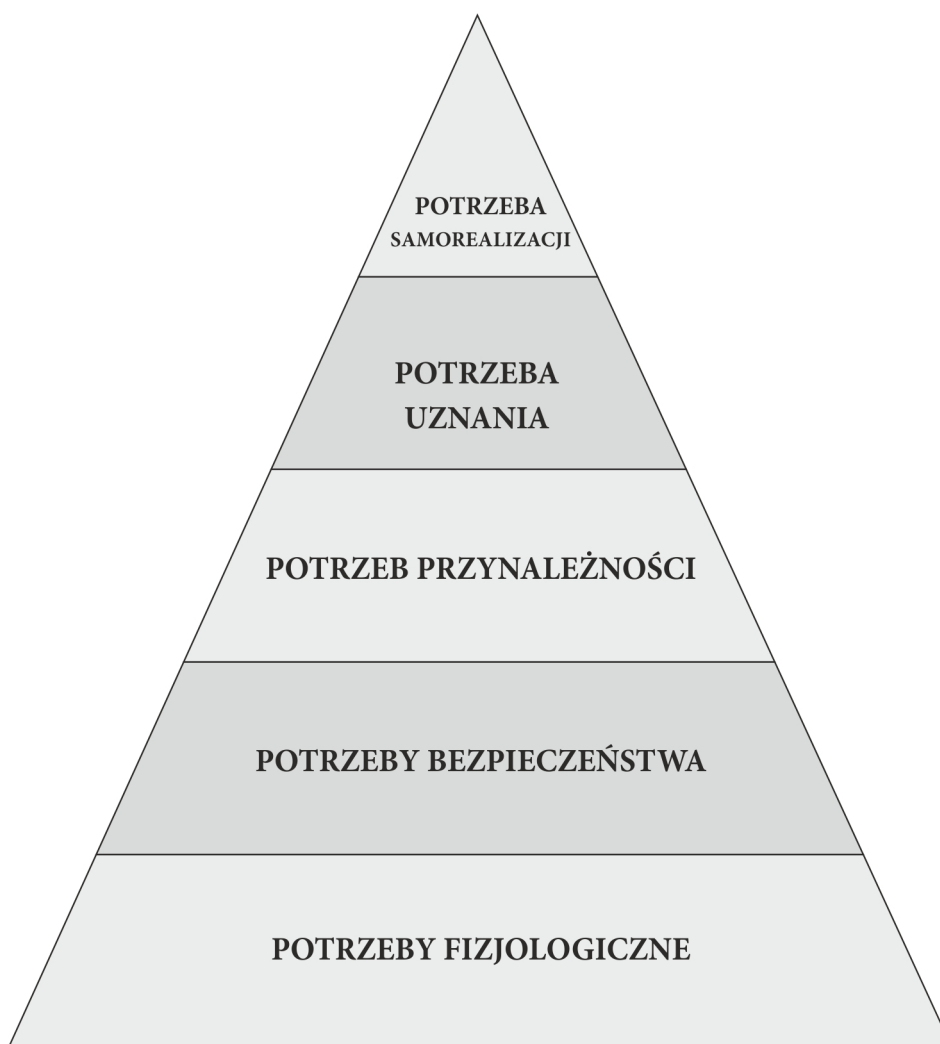
TOMASZEWSKI T. (red.), *Psychologia*, Warszawa, PWN, 1975.

TSIRIGOTIS K., LEWIK-TSIRIGOTIS E., *Agresja i przemoc wśród dzieci i młodzieży: próby rozwiązania*, „Nauczyciel i Szkoła”, 2005, nr 1/2.

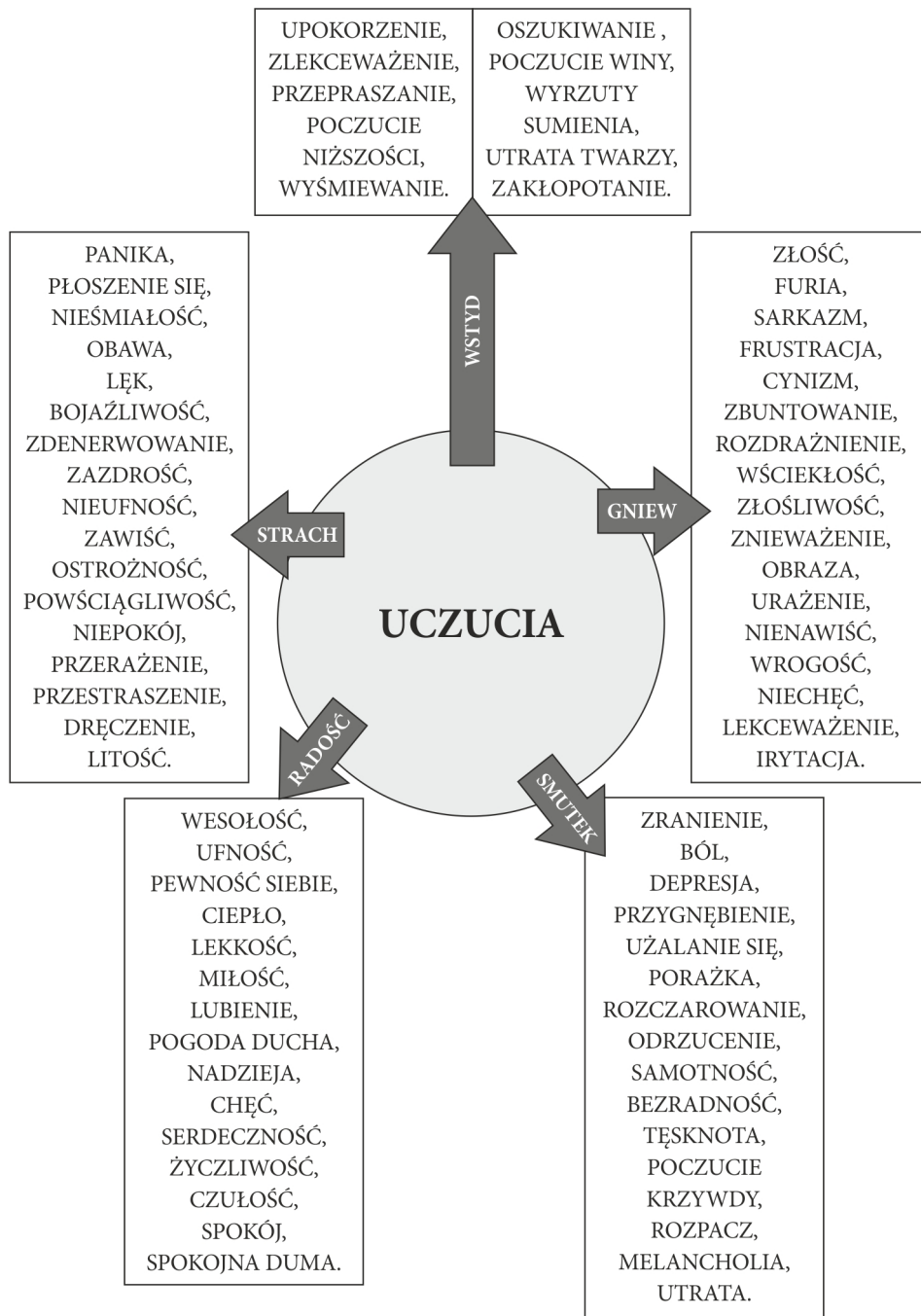
### **Aneks nr 1.**

Hierarchia potrzeb według A. Masłowa

#### **PODSTAWOWE POTRZEBY KAŻDEGO CZŁOWIEKA WG MASŁOWA**



## Aneks nr 2. Karta emocji



### Aneks nr 3.

#### Zdania pro-asertywne w ujęciu M. Król-Fijewskiej<sup>32</sup>

1. Mam prawo być sobą.
2. Mam prawo dbać o swoje interesy.
3. Chcę dawać wyraz swoim uczuciom.
4. Chcę się sobą opiekować.
5. Chcę dbać o siebie.
6. Jestem silny.
7. Jestem w porządku.
8. Jestem w porządku, nawet wówczas, gdy niektórym osobom się nie podobam.
9. Jestem w porządku, nawet wówczas, gdy nie udaje mi się odnieść sukcesu w moich zamierzeniach.
10. Jestem ważny.
11. Jestem dokładnie tak samo ważny jak inni ludzie.
12. Jestem niepowtarzalny i bezcenny.
13. Jestem wartościowym człowiekiem.
14. Wierzę w siebie.
15. Mam prawo czegoś nie wiedzieć.
16. To, że czegoś nie wiem (nie potrafię), nie umniejsza mojej wartości jako człowieka.
17. Mam wiele mocnych stron.
18. Mam prawo do popełniania błędów.
19. Nie muszę być doskonały.
20. Jestem w stanie osiągnąć to, czego pragnę.
21. Mam prawo do radości i przyjemności.
22. Mam prawo przypisywać sobie zasługi za to, co zrobiłem.
23. Jestem dla siebie autorytetem i nie chcę tego oddać w ręce nikomu innemu.
24. Jestem wart miłości innych ludzi.
25. Są dziedziny, w których jestem kompetentny.
26. Moja praca jest wartościowa.
27. Potrafię się obronić.
28. Potrafię zachować się stanowczo, jeśli sytuacja tego wymaga.
29. Potrafię powiedzieć to, co chcę.

<sup>32</sup> Tamże, s. 81–83.

30. Szereg spraw w moim dotychczasowym życiu doprowadziłem do końca.
31. Są osoby, które uważają moje opinie za interesujące (trafne, mądre).
32. Są osoby, które chętnie przebywają w moim towarzystwie.
33. Ja wiem najlepiej, co jest dla mnie dobre.
34. Mam prawo do istnienia, dokładnie tak samo, jak inni ludzie.
35. Jest dla mnie ważne, aby inni wiedzieli o mnie prawdę.
36. Nie muszę się ukrywać – jeśli inni poznają moje prawdziwe oblicze, nasze stosunki będą oparte na mocnej podstawie.
37. Jestem za czystymi, opartymi na prawdzie sytuacjami między ludźmi.
38. Mam prawo być zakłopotany. To naturalna reakcja człowieka w sytuacji, gdy nie wie, jak postąpić.
39. Moja spontaniczność jest dla mnie wartością.
40. To normalne, że jest się zdenerwowanym, gdy robi się coś nowego.
41. To normalne, że jestem zdenerwowany, gdy robię coś, czego się boję.
42. To naturalne, że boję się tego, co wydaje mi się groźne.
43. Czynię przysługę tym osobom, pozwalając im poznać moją opinię w tej sprawie, niezależnie od tego, czy nasze zdania są zbieżne.
44. Nie wysłuchali mnie, ale mam satysfakcję, że powiedziałem to, co myślę.
45. Wiele mnie to kosztowało, ale zrobiłem to. Za każdym razem idzie mi lepiej.
46. Mam w sobie wiele dobroci.

#### **Aneks nr 4.**

##### **Kwestionariusz autopercepcji wg Annie Townend<sup>33</sup>**

1. W kwestionariuszu masz osiemdziesiąt zdań. Jeśli twierdzenie wydaje Ci się prawdziwe lub bliskie prawdy, Twoja odpowiedź powinna brzmieć TAK, jeśli zaś zdanie jest nieprawdopodobne lub nieprawdziwe, zaznacz odpowiedź NIE.
2. Udzielaj odpowiedzi w sposób jak najbardziej spontaniczny i szczery. Im bardziej jesteś uczciwy wobec siebie, tym bardziej wiarygodne będą Twoje wyniki.
3. Ustosunkuj się do wszystkich twierdzeń.
4. Gdy skończysz, przejdź do tabeli wyników i zakreśl w tabeli krzyżykami wszystkie numery, w których Twoja odpowiedź była pozytywna, ignorując te, na które odpowiedziałeś NIE.
5. Za każdą odpowiedź pozytywną dostajesz jeden punkt.
6. Podsumuj wyniki w pionowych kolumnach i wpisz je na dole tabeli.

---

<sup>33</sup> W. ROZWADOWSKA, „Asertywność, „Zajrzyj w siebie...”, 2006, nr 5s. 4–10.

<b>Kwestionariusz autopercepcji</b>			
1	Mam zwyczaj sądzić, że inni są lepsi ode mnie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
2	Często jestem podejrzliwy w stosunku do motywów działań innych ludzi	<i>tak</i>	<i>nie</i>
3	Zwykle wolę, by inni podejmowali za mnie decyzję	<i>tak</i>	<i>nie</i>
4	Często czuję gniew w stosunku do innych	<i>tak</i>	<i>nie</i>
5	Zwykle pozwalam innym przejąć odpowiedzialność za mnie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
6	Mam zwykle dobre samopoczucie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
7	Często jest mi trudno zbliżyć się do ludzi	<i>tak</i>	<i>nie</i>
8	Mam zwyczaj nie dowierzać innym ludziom	<i>tak</i>	<i>nie</i>
9	Zwykle zachowuję swoje myśli dla siebie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
10	Wolę, kiedy inni przejmują ster, a ja mogę iść za nimi	<i>tak</i>	<i>nie</i>
11	Zwykle otwarcie wyrażam swoje uczucia w stosunku do innych	<i>tak</i>	<i>nie</i>
13	Często sądzę, że inni chcą ode mnie coś dostać, kiedy mi dziękują	<i>tak</i>	<i>nie</i>
14	Często czuję się przygnębiona/y	<i>tak</i>	<i>nie</i>
15	Gdy proszę o coś, zwykle nie pozostawiam innym żadnego wyboru	<i>tak</i>	<i>nie</i>
16	Zwykle zamiast prosić, wydaję innym polecenia	<i>tak</i>	<i>nie</i>
17	Mam zwyczaj obwiniać innych, gdy coś się nie udaje	<i>tak</i>	<i>nie</i>
18	Gdy podejmuję decyzję dotyczące innych, zwykle pytam ich o zdanie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
19	Mam zwyczaj zaniżać swoją wartość	<i>tak</i>	<i>nie</i>
20	Często nie wiem, czego chcę, gdy ktoś mnie o to pyta	<i>tak</i>	<i>nie</i>
21	Zwykle jestem ostrożny, gdy mówię innym o sobie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
22	Zwykle słucham opinii innych i biorę je pod uwagę	<i>tak</i>	<i>nie</i>
23	Zazwyczaj lubię wykonywać swoją pracę	<i>tak</i>	<i>nie</i>
24	Zwykle rozwiązuję sytuacje konfliktowe otwarcie i bezpośrednio	<i>tak</i>	<i>nie</i>
25	Rzadko mówię „nie”, gdy ktoś mnie o coś prosi	<i>tak</i>	<i>nie</i>
26	Mam zwyczaj reagować w sposób sarkastyczny	<i>tak</i>	<i>nie</i>
27	Mam trudności w zleceniu prac innym	<i>tak</i>	<i>nie</i>
28	Zwykle znajduję konstruktywne rozwiązanie problemu	<i>tak</i>	<i>nie</i>
29	Gdy odmawiam spełnienia prośby, zazwyczaj czuję się winny	<i>tak</i>	<i>nie</i>
30	Zwykle martwię się tym, co sądzą o mnie inni	<i>tak</i>	<i>nie</i>
31	Zwykle unikam przejęcia odpowiedzialności	<i>tak</i>	<i>nie</i>
32	Zwykle uznaję innych za ważniejszych od siebie	<i>tak</i>	<i>nie</i>
33	Często czuję się krytykowany	<i>tak</i>	<i>nie</i>
34	Często sądzę, że jestem jedyną osobą, która potrafi dobrze wykonać określoną pracę	<i>tak</i>	<i>nie</i>

Bullying w interakcjach szkolnych. (Nie)zauważeni, pomijani, wykluczani, czyli o perspektywie wystąpienia i doświadczania przemocy w szkole słów kilka

35	Sytuacje konfliktowe zwykle rozwiązuję okrężnymi drogami	<b>tak</b>	<b>nie</b>
36	Zwykle lubię wymieniać poglądy z innymi osobami	<b>tak</b>	<b>nie</b>
37	Rzadko chwalę innych	<b>tak</b>	<b>nie</b>
38	Przeważnie trudno jest mi uporać się z moimi problemami	<b>tak</b>	<b>nie</b>
39	Ludzie rzadko ustosunkowują się do mojego zachowania	<b>tak</b>	<b>nie</b>
40	Z reguły doceniam pracę innych	<b>tak</b>	<b>nie</b>
41	Ludzie często wyrażają uznanie za to, co robię	<b>tak</b>	<b>nie</b>
42	Zdarza mi się być niekonsekwentnym w tym, co mówię ludziom	<b>tak</b>	<b>nie</b>
43	Zbyt często krytykuję innych	<b>tak</b>	<b>nie</b>
44	Łatwo mnie zranić	<b>tak</b>	<b>nie</b>
45	Zwykle pozwalam innym podejmować decyzję za mnie	<b>tak</b>	<b>nie</b>
46	Często jestem wrogo nastawiony do ludzi	<b>tak</b>	<b>nie</b>
47	Często tracę cierpliwość w stosunku do innych	<b>tak</b>	<b>nie</b>
48	Zwykle lubię angażować się w nowe zadania	<b>tak</b>	<b>nie</b>
49	Zazwyczaj biorę pod uwagę potrzeby i pragnienia innych	tak	nie
50	Mam zwyczaj unikać kontaktu wzrokowego	tak	nie
51	Często żywię urazę w stosunku do innych	tak	nie
52	Rzadko proszę o to, czego pragnę	tak	nie
53	Zwykle uznaję, że nie otrzymam tego, czego chcę	tak	nie
54	Często czuję się samotny	tak	nie
55	Często stwierdzam, że zawiodłem się na innych	tak	nie
56	Przeważnie zadaję pytanie, jeśli chcę zebrać informację	tak	nie
57	Swoje założenia zwykle konfrontuję z ludźmi, których one dotyczą	tak	nie
58	Staram się nie obrażać innych	tak	nie
59	Często wyobrażam sobie, jak odpłacam innym pięknym za nadobne	tak	nie
60	Zwykle mówię wprost, co myślę	tak	nie
61	Zwykle mówię „przepraszam”, gdy popełnię błąd	tak	nie
62	Bez trudu akceptuję fakt, że ludzie czasami mi mówią „nie”	tak	nie
63	Mam skłonność do wyciągania pochopnym wniosków	tak	nie
64	Rzadko mówię innym o swoich prawdziwych uczuciach i myślach	tak	nie
65	Zwykle podporządkowuję się pragnieniom innych ludzi	tak	nie
66	Zazwyczaj czuję się gorszy od innych	tak	nie
67	Często zdarza mi się utracić moją motywację do pracy	tak	nie
68	Często wypełnia mnie zwątpienie we wszystko	tak	nie
69	Mam skłonność do ignorowania potrzeb i pragnień innych	tak	nie
70	Przeważnie szanuję innych ludzi niezależnie od ich poglądów	tak	nie

71	Chętnie przyjmuję na siebie odpowiedzialność	tak	nie
72	Często lekceważę pomysły innych ludzi	tak	nie
73	Zwykle obawiam się, że mogę kogoś wyprowadzić z równowagi	tak	nie
74	Stale potrzebuję akceptacji ze strony otoczenia	tak	nie
75	Zwykle gorliwie wyszukuję słabe punkty w teoriach innych ludzi	tak	nie
76	Często myślę w negatywny sposób o sobie oraz innych	tak	nie
77	Zazwyczaj uważam, że jestem równy innym	tak	nie
78	Często sędzę, że ludzie nie będą mnie lubić	tak	nie
79	Otoczenie często mnie wykorzystuje	tak	nie
80	Zwykle zakładam, że inni nie będą ze mną dobrze żyć	tak	nie

Bierny	Manipulujący	Agresywny	Asertywny
1	2	4	6
3	7	9	11
5	8	12	18
10	13	15	22
19	14	16	23
20	21	17	24
25	26	27	28
29	31	33	36
30	35	34	40
32	38	37	41
44	42	39	48
45	46	43	49
52	50	47	56
53	54	51	57
58	59	55	61
65	64	60	62
66	67	63	70
73	68	69	71
78	76	72	74
79	80	75	77

suma: ..... ..



### **Wyniki:**

**Od 14 do 20 punktów:** ten wynik mówi o Twoim dominującym sposobie myślenia i odbieraniu samego siebie oraz innych ludzi, a także o Twoich stałych zachowaniach w stosunku do nich (w ten sposób zachowujesz się stale).

**Od 7 do 13 punktów:** wynik świadczący o tym, że tak właśnie często myślisz o sobie oraz o innych i zachowujesz się w określony sposób (w ten sposób zachowujesz się często).

**Od 0 do 6 punktów:** ten wynik sugeruje, że rzadko myślisz o sobie oraz innych w ten sposób i rzadko tak się zachowujesz (w ten sposób zachowujesz się rzadko).



Bożena Sowińska

Wyższa Szkoła Gospodarki

## DZIAŁANIA UNII EUROPEJSKIEJ NA RZECZ OCHRONY MAŁOLETNIICH UŻYTKOWNIKÓW INTERNETU W KOMUNIKACJI INTERNETOWEJ<sup>1</sup>

### Wprowadzenie

Internet to jedno z największych osiągnięć cywilizacji. Jednakże – jak każdy wynalazek – może służyć zarówno dobrem, jak i złym zamiarom. Umożliwia wymianę doświadczeń, jest medium coraz częściej wykorzystywanym w edukacji. Ułatwia porozumiewanie się między jednostkami i społecznościami, stanowi wspaniałe źródło informacji i wiedzy. Poprzez sieć udostępniane są zbiory biblioteczne i archiwalne oraz bazy danych. Możemy również zwiedzać muzea i galerie, dokonywać zakupów i rezerwacji biletów lub po prostu oddawać się zabawie na stronach poświęconych rozrywce i grom internetowym itd.

Cybersieć niesie ze sobą również zagrożenia, np. obawę instytucji państwowych związanych z bezpieczeństwem obywateli, baz danych, banków. Fałszywa anonimowość i poczucie bezkarności powodują, że w cyberprzestrzeni możemy napotkać wiele niebezpieczeństw, m.in. piractwo, oszustwa, pedofilię, dziecięcą pornografię, sekty, cyberprzemoc, phishing, child grooming, złośliwe nękanie. Ponadto globalna sieć wykreowała hakerów i twórców spamu. Coraz głośniejsze mówi się też o uzależnieniu od internetu. Ze względu na mnogość zagrożeń wynikających z utrzymywania kontaktów czy przekazywania treści przez internet i niebezpieczeństw powstałych na skutek zachowań samych użytkowników globalnej sieci lub innych osób – konieczna jest ochrona małoletnich internautów.

---

<sup>1</sup> Wg Konwencji Rady Europy o cyberprzestępczości z 23 listopada 2001 r., art. 9, pojęcie „osoby małoletniej” obejmuje wszystkie osoby poniżej 18. roku życia. Strona może wprowadzić wymóg niższej granicy wieku, która nie może być niższa niż 16 lat. Za: Konwencja o cyberprzestępczości. Budapeszt, 23 listopada 2001 r., <http://nowotechnologie.umk.pl/wp-content/uploads/2013/04/Konwencja-o-cyberprzestepczosci.pdf> [dostęp: 11.05.2016].

Unia Europejska podejmuje wiele działań zmierzających do ochrony użytkowników internetu. Można podzielić je następująco<sup>2</sup>:

1. UE bierze udział w procesach legislacyjnych. Do ważnych aktów prawnych dotyczących omawianego zagadnienia należy np. *Decyzja ramowa Rady Unii Europejskiej 2004/68/WSiSW z dnia 22 grudnia 2003 r. dotycząca zwalczania seksualnego wykorzystywania dzieci i pornografii dziecięcej*<sup>3</sup> (nowelizacja 2009 r.).
2. Komisja Europejska stymuluje współpracę międzygraniczną europejskich agencji wspierania prawa, np. współpracę w budowie europejskiej platformy alarmowej zbierającej raporty na temat przestępstw popełnianych w internecie w różnych państwach Unii Europejskiej.
3. Komisja wspiera współdziałania pomiędzy sektorem publicznym i prywatnym, np. współpraca Komisji z państwami członkowskimi, Europolem, Europejską Akademią Policijną (CEPOL) w budowie europejskiej platformy szkoleniowej. Poprzez realizację programów pomocowych realizowana jest polityka ochrony dzieci i młodzieży związana z korzystaniem z nowych technologii i internetu. Najważniejszym z tych programów jest *Safer Internet*.

## 1. Komunikacja internetowa

Komunikowanie przez internet należy do specyficznych form komunikacji międzyludzkiej. Formy komunikacji za pośrednictwem sieci komputerowych najogólniej można podzielić na jednostronne oraz interaktywne<sup>4</sup>. Z kolei interaktywne dzielą się na synchroniczne i asynchroniczne (patrz ryc. 1).

---

<sup>2</sup> GRUCHOŁA M., *Ochrona użytkowników internetu w państwach Unii Europejskiej*, Lublin, Wydawnictwo KUL, 2012.

<sup>3</sup> Decyzja Ramowa Rady Unii Europejskiej 2004/68/WSiSW dotycząca zwalczania seksualnego wykorzystania dzieci i pornografii dziecięcej z dnia 22 grudnia 2003 r., [http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotyczc%C4%85ca+zwalczania+seksualnego+wykorzystania&qid=139-7730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD\\_YEAR=2003](http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotyczc%C4%85ca+zwalczania+seksualnego+wykorzystania&qid=139-7730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD_YEAR=2003) [dostęp: 3.03.2016].

<sup>4</sup> MURRAY P.J., *What is CMC?*, „Computer Mediated Communication Magazine”, 1997-01, <http://www.december.com/cmc/mag/1997/jan/murwhat.html> [dostęp: 11.05.2016].



Ryc. 1. Formy komunikacji za pośrednictwem sieci komputerowych

Źródło: opracowanie własne na podstawie: Murray P.J., *What is CMC?*, „Computer Mediated Communication Magazine”, 1997-01, <http://www.december.com/cmc/mag/1997/jan/murwhat.html> [dostęp: 11.05.2016].

Komunikacja jednostronna charakteryzuje się tym, iż nadawca nie zwraca się bezpośrednio do określonego odbiorcy oraz nie oczekuje odpowiedzi. Zaliczamy do niej informacje zamieszczone na stronach WWW, w bazach danych (*database*), prasę elektroniczną itp.

W komunikacji interaktywnej asynchronicznej reakcje odbiorcy są odroczone w czasie. Wpływa to na sposób porozumiewania się, gdyż pozwala odbiorcy na przemyślenie odpowiedzi. Przykładem są tutaj poczta elektroniczna (e-mail) i listy dyskusyjne. Natomiast komunikacja synchroniczna umożliwia osobom porozumiewającym się odbywanie rozmowy w czasie rzeczywistym – poprzez np. czat (chat), IRC (*Internet Relsy Chat*), komunikatory internetowe, takie jak Gadu-Gadu, Skype, Tlen.pl.

Internet, w przeciwieństwie do mediów klasycznych, daje możliwość komunikacji porozumiewawczej (jeden do jednego), rozsiewczej (jeden do wielu) i powszechnej (wszyscy ze wszystkimi). Łączy w sobie cechy komunikacji interpersonalnej i masowej, prywatnej i publicznej. Internauci doświadczają nowego, syntetycznego modelu komunikowania, łączącego cechy dotychczasowych modeli (interpersonalny, grupowy, masowy) oraz mającego cechy komunikacji sieciowej, stworzonej z interakcji między różnymi składowymi dominującego paradygmatu technologicznego<sup>5</sup>.

<sup>5</sup> JUSZCZYK S., *Internet – współczesne medium komunikacji społecznej*, [w:] „CZŁOWIEK – MEDIA – EDUKACJA”. 21. Ogólnopolskie Sympozjum Naukowe, Kraków, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN, 23–24.09.2011, <http://www.ktime.up.krakow.pl/symp2011/referaty2011/juszczyk.pdf> [dostęp: 30.12.2015].

Komunikacja przez internet stanowi prosty, a także wygodny sposób przekazywania informacji. Oszczędza czas, materiały i koszty przesyłki. Przede wszystkim realizuje się w oparciu o przekaz werbalny, który w życiu realnym służy jedynie przekazywaniu treści. Dzięki zastosowaniu obrazów, filmów, grafiki informacje przekazywane są w znacznie atrakcyjniejszej formie niż innymi środkami przekazu. Czaty, fora dyskusyjne czy portale społecznościowe stwarzają możliwości wypowiedzi na określony temat, wstawiania komentarzy i poszerzania własnej wiedzy i umiejętności. Obecnie komunikatory oferują wideokonferencje czy rozmowy głosowe. Nowe formy i możliwości komunikacji internetowej sprawiają, że praktycznie każdy może być wydawcą i publikować w sieci, czego przykładem jest ilość tworzonych blogów, podcastingów<sup>6</sup> czy vblogów<sup>7</sup>.

Nie sprawdziły się założenia z lat dziewięćdziesiątych ubiegłego wieku, że internet będzie prowadził do alienacji i atomizacji społeczeństwa, że będzie niszczył relacje społeczne. Jak sądzi Stanisław Juszczak, „zmiany technologiczne nie determinują zmian w życiu społecznym – to raczej technologia dostosowuje się do struktur i konwencji społecznych. Dlatego, miast alienować, (...) sieć raczej stymuluje aktywność komunikacyjną – internauci czytają, dyskutują i włączają się do aktywności społecznych częściej, niż ludzie niekorzystający z sieci. (...) Internet nie powoduje zamykania się w wirtualnym getcie, przeciwnie – kontakty zapośredniczone poprzez sieć pobudzają równocześnie kontakty w świecie realnym”<sup>8</sup>.

Z internetu korzystają przede wszystkim ludzie młodzi. Pełni on w ich życiu szczególną rolę ze względu na cechy rozwojowe wieku dojrzewania (ciekawość i pragnienie wrażeń). Atrakcyjność internetu między innymi wynika z możliwości podtrzymywania istniejących już kontaktów oraz zawierania nowych znajomości. Obecnie ogromną popularnością wśród młodzieży cieszą się portale społecznościowe. Jak wykazały badania, 90,0% młodych respondentów ma konto przynajmniej na jednym z takich portali, a 32,0% młodzieży w ciągu dni szkolnych spędza na nich przynajmniej 2 godziny<sup>9</sup>. Jednakże porozumiewanie się w cyberprzestrzeni nie zawsze jest dla małoletnich bezpieczne.

Na przełomie 2011 i 2012 r. realizowano projekt badawczy EU NET ADB, finansowany ze środków Komisji Europejskiej w ramach programu *Safer Internet* (SI-2011-KEP-4101007). Badanie zostało przeprowadzone na reprezentatywnej

<sup>6</sup> Podcasting, podcast (spolszczone: podkasting, podkast) – forma internetowej publikacji dźwiękowej lub filmowej, najczęściej w postaci regularnych odcinków, z zastosowaniem technologii RSS.

<sup>7</sup> Vblog, wideoblog (ang. *videoblog*, *vlog*) – rodzaj bloga internetowego, którego zasadniczą treść stanowią pliki filmowe.

<sup>8</sup> JUSZCZYK S., dz. cyt., s. 2.

<sup>9</sup> MAKARUK K., WÓJCIK S. (oprac.), *EU NET ADB – Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, Warszawa, Fundacja Dzieci Niczyje, 2012, [http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport\\_eu\\_net\\_adb\\_pl.pdf](http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf) [dostęp: 30.12. 2015].

losowej próbie nastolatków w wieku 14–17 lat z 7 krajów europejskich (Grecji, Niemiec, Holandii, Islandii, Polski, Rumunii i Hiszpanii). Analiza wyników badań ukazuje ryzykowne zachowania małoletnich w komunikacji internetowej: 68,6% respondentów kontaktuje się w internecie z osobami, których wcześniej nie spotkało twarzą w twarz; 5,4% badanych przyznało, że doświadczenie kontaktu z nieznanymi w internecie było dla nich niepokojące lub nieprzyjemne; 30,8% ankietowanych wybrało się na spotkanie z osobą poznaną w sieci. Osób, które kontaktują się w internecie z nieznanymi, było aż 45,5%; 67,3% respondentów zetknęło się w internecie z różnego rodzaju materiałami pornograficznymi; 32,8% osób, które natrafiły w internecie na tego typu materiały, przyznało, że doświadczenie to było dla nich niepokojące lub nieprzyjemne; 50,1% osób, które doświadczyły przemocy w internecie, twierdziło, że było to dla nich nieprzyjemne lub wprawiło ich w zaniepokojenie<sup>10</sup>.

Z kolei badania przeprowadzone na przełomie maja i czerwca 2014 r. na próbie 1235 uczniów z 50 szkół na terenie całego kraju dobranych metodą losowania warstwowego ukazały, że wiedza na temat bezpieczeństwa w sieci młodych ludzi jest stosunkowo dobra, jednak nie zawsze badani zachowują się właściwie. Aż 57,9% ankietowanych podaje swoje dane osobowe zgodnie z prawdą za każdym razem, a 39,8% robi to wybiórczo. Tylko dwie osoby na sto nigdy nie upubliczniały prawdziwych danych osobowych. Jeśli chodzi o portale społecznościowe, to co piąty badany (21,1%) twierdził, że wszystkie treści, jakie umieszcza na portalach społecznościowych, profiluje jako dostępne dla każdego użytkownika internetu, a co siódmy (14,6%), że udostępnia wszystkim lub wybranym, zależnie od sytuacji. Kolejnym niepokojącym zjawiskiem jest otwartość młodzieży na interakcje bezpośrednie z osobami dorosłymi poznanymi w cyberprzestrzeni. Co dziesiąty nastolatek (10,6%) przyznał się do takiego zachowania. Należy dodać, że co trzecia (28,7%) z tych osób, które udały się na takie spotkanie, nie poinformowała o tym fakcie nikogo ze swojego otoczenia, a co trzecia z tych, które poinformowały o tym fakcie otoczenie, poinformowała rodziców (32,0%). Zachowania takie są tym bardziej zaskakujące, gdyż sami badani, w zdecydowanej większości (78,5%), są świadomi, że takie spotkania mogą być niebezpieczne. Badania miały również ukazać, czy młodzi internauci są narażeni na zagrożenie tzw. sekstingu<sup>11</sup>. Co czwarty (25,6%) badany przyznał, że otrzymał kiedykolwiek przez internet (e-mailem, na czacie itp.) intymne zdjęcia. Należy dodać, że badani byli nie tylko ofiarami sekstingu, ale również jego inicjatorami. Procent odpowiedzi twierdzących rozkładał się następująco: do osób poznanych w internecie – 4,4%, a do osób bliskich 6,9%. Zagrożeniem jest również internetowa komunikacja video. Spośród wszystkich ankietowanych 1/3 korzysta z tego medium do komunikacji z osobami nieznanymi.

---

<sup>10</sup> Tamże.

<sup>11</sup> Seksting to przesyłanie nagich lub półnagich zdjęć za pośrednictwem internetu.

Co ósma osoba spośród wszystkich badanych (12,3%) otrzymała od osoby nieznamojej propozycję pokazania się / wystąpienia bez ubrania w trakcie rozmowy<sup>12</sup>.

Przedstawione wyniki badań dotyczą tylko niektórych niepokojących zdarzeń związanych z komunikacją internetową małoletnich. W związku z tym w następnym rozdziale szerzej omówiono zagrożenia, z jakimi mogą spotkać się młodzi ludzie w cyberprzestrzeni.

## 2. Zagrożenia w internecie

Lucyna Kirwil twierdzi, że dzieci korzystające z internetu mogą napotkać zagrożenia w czterech sferach funkcjonowania społecznego:

- relacjach międzyludzkich opartych na przemocy, agresji i okrucieństwie (typ „Agresja”);
- wypaczonych kontaktach erotycznych (typ „Seks”);
- ustalaniu hierarchii wartości i indoktrynacji w tym zakresie (typ „Wartości”);
- działaniach rynkowych (typ „Komercyjne”)<sup>13</sup>.

Tabela 1. Klasyfikacja zagrożeń internetowych

Typ zagrożenia	Treść (zawartość)	Kontakt	Zachowanie
<b>Agresja</b>	przemoc/ okrucieństwo/ sceny drastyczne	doznawanie dręczenia/ znęcania się/ agresywności/ napastliwości ze strony innych	dręczenie/ złośliwe zachowanie/ napastliwość (cyberagresja)
<b>Seks</b>	pornografia	doświadczenie bycia uwiedzionym (grooming)	seksting
<b>Wartości</b>	rasizm / nienawiść	perswazja ideologiczna	samouszkodzenia
<b>Komercyjne</b>	marketing, perswazja	nadużycia prywatności / wykorzystanie danych osobistych	ściąганie filmów, dokumentów, hazard online

Źródło: Livingstone, Haddon, Goerzig i Olafsson, 2010, cyt. za: Kirwil L., *Polskie dzieci w internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II przeprowadzonych wśród dzieci w wieku 9–16 lat i ich rodziców*, Warszawa, SWPS – EU Kids Online – PL, 2011, s. 5.

<sup>12</sup> LANGE R., OSIECKI J. (oprac.), *Ogólnopolskie badanie „Nastolatki wobec Internetu” realizowane na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka i NASK przez Pedagogium WSNS w okresie maj–czerwiec 2014 r.*, Warszawa, Rzecznik Praw Dziecka, NASK, 2014, <http://brpd.gov.pl/aktualnosci/czy-cyfrowy-swiat-jest-dla-dzieci-bezpieczny> [dostęp: 6.03.2016].

<sup>13</sup> KIRWIL L., *Polskie dzieci w internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II przeprowadzonych wśród dzieci w wieku 9–16 lat i ich rodziców*, Warszawa, SWPS – EU Kids Online – PL, 2011, s. 16.



Użytkownicy internetu mogą być narażeni na zagrożenia poprzez:

1. zetknięcie się ze szkodliwymi treściami zamieszczonymi w cyberprzestrzeni (wyróżnić należy treści niezgodne z prawem i treści szkodliwe);
2. kontaktowanie się z innymi osobami w globalnej sieci.

Do pierwszej grupy zagrożeń zalicza się<sup>14</sup>:

- **Treści nieodpowiednie dla określonych grup wiekowych** – bogactwo treści w internecie służy różnym grupom użytkowników, jednak nie cała jego zawartość powinna być dostępna dla dzieci i młodzieży, np. niezamierzony kontakt z pornografią może szczególnie zaszkodzić dzieciom.
- **Treści zawierające przemoc** – to następny rodzaj treści, które są nieodpowiednie dla młodych internautów. Jednakże należy zwrócić uwagę na fakt, że dzieci mogą publikować treści zawierające przemoc, nie zdając sobie sprawy z przykrości wyrządzanych innym. Poza tym młodzi internauci mogą stać się ofiarami na skutek fotografowania, filmowania i umieszczania w internecie scen znęcania się z ich udziałem.
- **Treści niezgodne z prawem:** rasizm, ksenofobia, pornografia dziecięca.
- **Treści niezgodne z prawdą** – wraz z rozwojem serwisów Web 2.0 nasila się zjawisko nierzetelności informacji w internecie, która kontrolowana jest przez użytkowników sieci, a nie przez profesjonalistów.
- **Treści zachęcające do autoagresji** – w internecie jest wiele stron promujących sekty, anoreksję, zachęcających internautów do samookaleczenia itd. Dzieci natomiast nie są w stanie realnie ocenić zagrożenia wynikającego z instrukcji zawartych na stronach WWW.
- **Treści naruszające prawa człowieka i jego godność** – ryzyko naruszenia praw człowieka, zniesławienie jest bardziej prawdopodobne w sieci niż w świecie realnym, ponieważ panuje przekonanie o anonimowości w internecie.
- **Nieodpowiednia reklama i działania marketingowe skierowane do dzieci** – naraża dzieci na kontakt z produktami i usługami nieadekwatnymi do ich wieku, np. dopalaczami, środkami odchudzającymi itd.
- **Utrwalanie danych** – treści raz opublikowane w internecie mogą błyskawicznie rozprzestrzeniać się na cały świat, ich definitywne usunięcie nie jest możliwe.
- **Przenoszenie danych** – dane umieszczone na jednym serwerze z łatwością mogą być przeniesione na inne. Internauci, którzy nie są tego świadomi, mogą utracić swoją prywatność.

---

<sup>14</sup> GRUCHOŁA M., *Ochrona użytkowników...*, s. 39–42.

- **Naruszenie praw autorskich** – nie ma znaczenia, czy naruszamy prawa autorskie świadomie czy nie. Jest to przestępstwo i naraża sprawcę na ryzyko poniesienia kary.

Natomiast drugą grupę zagrożeń stanowią te związane z kontaktowaniem się przez globalną sieć<sup>15</sup>. Zalicza się do nich:

- **Szkodliwe porady** – porady uzyskane w sieci mogą być cennymi, życiowymi wskazówkami, ale mogą też sprzyjać nawiązywaniu kontaktów z nieodpowiednimi osobami, niebezpiecznymi doradcami.
- **Uzależnienie od internetu** – ryzyko uzależnienia od internetu rośnie wraz ze spędzaniem w nim coraz większej ilości czasu. Jeśli przebywanie w sieci jest uzasadnione (nauka, praca, poszukiwanie informacji, komunikacja), to bez względu na ilość spędzanego czasu nie można mówić o uzależnieniu. Problem zaczyna się wtedy, gdy tracimy kontrolę nad czasem i sposobem użytkowania tego medium, kiedy używamy internetu w celu nagradzania siebie, odprężania się, „odreagowania”, ucieczki od codzienności<sup>16</sup>.
- **Kradzież tożsamości** – pozyskanie cudzej tożsamości może być wykorzystane w celu dokonania oszustwa.
- **Utrata pieniędzy / phishing** – to wyłudzenie poufnych informacji osobistych, np. haseł lub szczegółów karty kredytowej.
- **Oszustwa handlowe** – zdarza się, że produkty lub usługi, za które zapłacono, są inne niż zamawiane lub w ogóle ich nie dostarczono.
- **Grooming** – to uwodzenie dzieci przez internet. Nawiązanie więzi emocjonalnej, zaprzyjaźnianie się z dzieckiem w celu późniejszego seksualnego wykorzystania.
- **Cyberprzemoc (cyberbullying)** – prześladowanie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie innych osób z wykorzystaniem SMS-ów, e-mailów, witryn internetowych, forów dyskusyjnych, portali społecznościowych itp.
- **Trollowanie** – to nieprzyjemne zachowania wobec innych internautów, mające na celu rozbicie prowadzonej dyskusji, np. w grupach dyskusyjnych, na forach, czatach itp.
- **Flaming** – to kłótnia internetowa, „wojna na obelgi”. Seria wiadomości celowo wrogich, obraźliwych, zamieszczanych w różnego rodzaju serwisach dyskusyjnych.
- **Ujawnianie prywatnych informacji** – młodzi ludzie, nie zdając sobie sprawy z konsekwencji, ujawniają swoje dane osobowe podczas zakładania

---

<sup>15</sup> Tamże, s. 42–45.

<sup>16</sup> WORONOWICZ B.T., *Bez tajemnic o uzależnieniach i ich leczeniu*, Warszawa, Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2003.

swojego profilu w portalu społecznościowym, na czatach itp. Osoby małoletnie nie są świadome, że chatroom nie jest przestrzenią prywatną, lecz publiczną.

- **Pozyskiwanie danych z profili internetowych** – profile użytkowników lub ich fragmenty mogą być pobierane z bazy danych serwisu internetowego i sprzedawane przez właściciela serwisu innym.
- **Wykluczenie społeczne i cyfrowe** – grupami zagrożonymi wykluczeniem są przede wszystkim osoby słabiej wykształcone, bezrobotni, osoby niepełnosprawne, a także starsze oraz te, które nie posiadają środków na dostęp do komputera i internetu.

W związku z wielością zagrożeń wynikających z korzystania przez małoletnich z komunikacji internetowej nasuwa się pytanie, w jakim stopniu Unia Europejska chroni młodych internautów.

### 3. Ochrona małoletnich internautów w prawie Unii Europejskiej i Rady Europy

Ewa Murawska-Najmiec uważa, że relacje między prawem a internetem mogą kształtować się na 3 następujących poziomach:

1. ogólnym (prawo ogólne znajduje zastosowanie również w internecie);
2. szczegółowym (tworzy się regulacje prawne mające zastosowanie wyłącznie do internetu lub szerzej – do nowych technologii komunikacyjno-informacyjnych);
3. stosowanie tzw. „miękkiego prawa”, czyli zaleceń i rekomendacji, które wyznaczają kierunki działań, ale nie mają mocy prawnej i wymagają rozwiązań o charakterze samoregulacji i współregulacji dostawców treści w celu realizacji promowanych zasad<sup>17</sup>.

Z przeglądu aktów prawnych dotyczących omawianego zagadnienia na uwagę zasługują:

- *Konwencja Rady Europy o cyberprzestępczości z dnia 23 listopada 2001 r.*, która przedstawia wykaz przestępstw związanych z pornografią dziecięcą. Dotyczą one produkowania, oferowania, udostępniania, rozpowszechniania, transmitowania, posiadania i pozyskiwania pornografii dziecięcej za pomocą systemu informatycznego. Zgodnie z art. 9 *Konwencji* „pornogra-

---

<sup>17</sup> MURAWSKA-NAJMIEC E., *Informacja na temat działań społeczności międzynarodowej na rzecz objęcia Internetu systemem prawa przy jednoczesnej ochronie swobody wypowiedzi i informacji*, Analiza Biura Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji, 2005, nr 7, s. 19, [http://www.krrit.gov.pl/Data/Files/\\_public/pliki/.../analiza2005\\_07.pdf](http://www.krrit.gov.pl/Data/Files/_public/pliki/.../analiza2005_07.pdf) [dostęp: 30.12.2015].

fia dziecięca” obejmuje materiał pornograficzny, który w sposób widoczny przedstawia:

- a) osobę małoletnią w trakcie czynności wyraźnie seksualnej;
  - b) osobę, która wydaje się być nieletnią, w trakcie czynności wyraźnie seksualnej;
  - c) realistyczny obraz przedstawiający osobę małoletnią w trakcie czynności wyraźnie seksualnej<sup>18</sup>.
- *Konwencja Rady Europy o ochronie dzieci przed seksualnym wykorzystaniem i niegodziwym traktowaniem w celach seksualnych z dnia 12 lipca 2007 r.* – w art. 23 wprowadza ona karalność za nagabywanie dzieci dla celów seksualnych za pośrednictwem technologii informacyjnych i telekomunikacyjnych, tzw. grooming<sup>19</sup>.
  - *Decyzja ramowa Rady Unii Europejskiej 2004/68/WSiSW dotycząca zwalczania seksualnego wykorzystania dzieci i pornografii dziecięcej z dnia 22 grudnia 2003 r.* – ma charakter obligatoryjny i zobowiązuje wszystkie państwa członkowskie UE do podjęcia niezbędnych środków w celu zapewnienia poddania karze czynów popełnionych z wykorzystaniem systemu komputerowego, takich jak: produkcja, dystrybucja, rozpowszechnianie, przesyłanie, dostarczanie, udostępnianie lub posiadanie materiałów z pornografią dziecięcą (art. 3)<sup>20</sup>. W 2008 r. wszystkie kraje UE posiadały takie przepisy prawne<sup>21</sup>. W 2009 r. znowelizowano *Decyzję ramową* i zobowiązano państwa członkowskie UE do działań na trzech płaszczyznach: ścigania przestępców, chronienia ofiar i prewencji. Ułatwiono karanie sprawców nadużyć wobec dzieci poprzez ustanowienie sankcji karnych wobec nowych form nadużyć, takich jak: „nagabywanie dzieci w celach seksualnych” – nakłanianie dzieci za pośrednictwem internetu do spotkania i następnie wykorzystanie ich (tzw. grooming), przeglądanie pornografii dziecięcej bez pobierania plików na własny komputer oraz zmuszania dzieci do pozowania o charakterze seksualnym przed kamerą internetową. Pokrzywdzone

<sup>18</sup> Convention on Cybercrime z dnia 23 listopada 2001, <http://conventions.coe.int/Treaty/Commun/QueVoulezVous.asp?NT=185&CM=8&DF=25/06/04&CL=ENG> [dostęp: 30.12.2015].

<sup>19</sup> Konwencja Rady Europy o ochronie dzieci przed seksualnym wykorzystaniem i niegodziwym traktowaniem w celach seksualnych z dnia 12 lipca 2007 r., [https://www.ms.gov.pl/Data/Files/\\_public/ppwd/akty.../rada\\_europy/-konwe2.pdf](https://www.ms.gov.pl/Data/Files/_public/ppwd/akty.../rada_europy/-konwe2.pdf) [dostęp: 6.03.16].

<sup>20</sup> Decyzja Ramowa Rady Unii Europejskiej 2004/68/WSiSW dotycząca zwalczania seksualnego wykorzystania dzieci i pornografii dziecięcej z dnia 22 grudnia 2003 r., [http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotycz%20%2F68%2FWSiSW+zwalczania+seksualnego+wykorzystania&qid=139-7730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD\\_YEAR=2003](http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotycz%20%2F68%2FWSiSW+dotycz%20%2F68%2FWSiSW+zwalczania+seksualnego+wykorzystania&qid=139-7730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD_YEAR=2003) [dostęp: 3.03. 2016].

<sup>21</sup> GRUCHOŁA M., *Ochrona małoletnich internautów w prawie i praktyce państw Unii Europejskiej*, „Rozprawy Społeczne”, 2011, nr 1 (V), s. 78–89.

dzieci mogą składać zeznania bez konieczności konfrontacji ze sprawcą w sądzie – zaoszczędzi im to przykrych, traumatycznych przeżyć. Mają również zapewnioną bezpłatną pomoc prawnika. Każdy sprawca jest traktowany indywidualnie i ma dostęp do specjalnie dobranego leczenia. Nałożony na sprawcę zakaz wykonywania zawodu lub działalności związanej z kontaktem z dziećmi obowiązuje w całej UE. Opracowano także systemy blokujące dostęp do stron internetowych z pornografią dziecięcą<sup>22</sup>.

- *Deklaracja na rzecz nowego podejścia w zapewnieniu bezpiecznego internetu dla dzieci w Unii Europejskiej z dnia 20 kwietnia 2009 r.* – za najważniejsze inicjatywy uznaje: stworzenie punktów kontaktowych europejskiej sieci służb odpowiedzialnych za wykorzystywanie nowych rozwiązań technologicznych w pracy policji oraz opracowanie projektu procedur funkcjonowania w/w punktów; zorganizowanie przy Europejskim Biurze Policji EUROPOL europejskiej platformy ostrzeżeń o przestępstwach, które zaistniały w internecie; stworzenie krajowych systemów wczesnego ostrzegania, które pomogą w poszukiwaniu zaginionych dzieci. Uczestnicy praskiej konferencji, na której przyjęto *Deklarację*, wyrazili konieczność intensyfikacji współpracy w zakresie: zwiększania świadomości społecznej na temat niebezpieczeństw płynących z internetu; zwalczania niezgodnych z prawem treści i szkodliwych zachowań w środowisku online (szczególnie tych, które dotyczą dzieci); rozwoju technicznych instrumentów kontroli rodzicielskiej dostępu do internetu; współpracy z operatorami sieci komórkowych, dostawcami internetu i treści w internecie<sup>23</sup>.
- Ważne znaczenie, chociaż niesprawcze, mają rekomendacje i zalecenia, np.: *Zalecenie Rec(2006)12 Komitetu Ministrów Rady Europy dla państw członkowskich w sprawie zwiększenia umiejętności dzieci w zakresie korzystania z nowego środowiska informacyjnego i komunikacyjnego*<sup>24</sup>; *Zalecenie Rec(2009)5 Komitetu Ministrów Rady Europy dla państw członkowskich w sprawie środków chroniących dzieci przed szkodliwymi treściami i promującymi ich aktywny udział w nowym środowisku informacyjnym i komunikacyjnym*<sup>25</sup>

---

<sup>22</sup> Inicjatywy i raporty Komisji Europejskiej. Sprawozdanie nr 21/2009, Przedstawiciel Kancelarii Senatu przy Unii Europejskiej, Bruksela, 12 kwietnia 2009, [http://www.google.pl/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCKQFjAA&url=http%3A%2F%2Fww2.senat.pl%2F-k7%2Fue%2Ffinne%2F2009%2F021.pdf&ei=FbxPU7nIN-PjywOmnYKIAg&usq=AFQjCNEiZ6I-Fe0\\_Fe\\_ukLhT4g8LTB-Kd0g](http://www.google.pl/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCKQFjAA&url=http%3A%2F%2Fww2.senat.pl%2F-k7%2Fue%2Ffinne%2F2009%2F021.pdf&ei=FbxPU7nIN-PjywOmnYKIAg&usq=AFQjCNEiZ6I-Fe0_Fe_ukLhT4g8LTB-Kd0g) [dostęp: 6.03.2016].

<sup>23</sup> *Internet bezpieczniejszy dla dzieci! Konferencja ministerialna Unii Europejskiej w Pradze*, Portal Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, 2009-04-20, <https://www.msw.gov.pl/pl/aktualnosc/7141.dok.html> [dostęp: 30.12.2015].

<sup>24</sup> Jaros P.J. (oprac.), *Prawa dziecka. Dokumenty Rady Europy*, Warszawa, Biuro Rzecznika Praw Dziecka, 2013, s. 437–441.

<sup>25</sup> Tamże, s. 588–592.

- Istotne znaczenie dla ochrony małoletnich internautów mają decyzje Parlamentu Europejskiego i Rady, powołujące trzy kolejne edycje programu pomocowego, skierowane do państw członkowskich w ramach promocji bezpiecznego korzystania z internetu: *Safer Internet Action Plan* (1999–2004); *Safer Internet Plus* (2005–2008); *Safer Internet* (2009–2013).

## 4. Program *Safer Internet*

### 4.1. *Safer Internet Action Plan* (SIAP)

Program *Safer Internet Action Plan* został ustanowiony *Decyzją nr 276/1999/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 25 stycznia 1999 r. przyjmującą wieloletni plan działań Wspólnoty w zakresie promowania bezpieczniejszego korzystania z internetu i nowych technologii sieciowych poprzez zwalczanie sprzecznych z prawem i szkodliwych treści w światowych sieciach komputerowych*. Program składał się z dwóch etapów – pierwszy obejmował okres 1.01.1999 r. – 31.12.2002 r., z kolei drugi 1.01.2003 r. – 31.12.2004 r. Ramy finansowe dla realizacji programu ustalono na 39,1 mln euro<sup>26</sup>. U podstaw wprowadzenia SIAP leżało występowanie nielegalnych oraz szkodliwych treści w internecie. Zagwarantowane fundusze umożliwiły zwalczanie niebezpiecznej zawartości stron internetowych oraz zachęcanie dostawców treści i usług do wdrażania rozwiązań samoregulacyjnych i systemów filtrowania i ratingu (oceniań).

W ramach programu SIAP realizowano cztery główne cele:

- stworzenie europejskiej sieci punktów kontaktowych dla raportowania szkodliwej oraz nielegalnej treści w internecie (*Hotlines*);
- wspieranie samoregulacji (*Self Regulation*);
- rozwój przez przemysł internetowy systemu filtrującego oraz oceniającego zawartość stron internetowych (*Filtering & Rating*);
- podniesienie świadomości o bezpiecznym użytkowaniu Internetu (*Awareness*)<sup>27</sup>.

Założona w 1999 r. International Association of Internet Hotlines (INHOPE) koordynuje sieć 48 internetowych punktów kontaktowych w 42 krajach na świecie. Obejmuje ona INHOPE Association oraz INHOPE Foundation – organizację charytatywną utworzoną w 2010 roku w celu pomocy tworzenia nowych *hotli-*

<sup>26</sup> *Decision No 276/1999/EC of the European Parliament and of the Council of 25 January 1999 adopting a multiannual Community action plan on promoting safer use of the Internet by combating illegal and harmful content on global networks*, <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:31999D0276> [dostęp: 6.03.2016].

<sup>27</sup> Murawska-Najmiec E., dz. cyt., s. 46.

nes na całym świecie, szczególnie w krajach rozwijających się. Obecnie fundacja wspiera rozwój 3 infolinii w 3 krajach: Kolumbii, Kazachstanie i Tajlandii<sup>28</sup>.

W 2004 r. w ramach programu *Safer Internet Action Plan* został ustanowiony Dzień Bezpiecznego Internetu (*Safer Internet Day* – DBI), który jest obchodzony w lutym każdego roku. To inicjatywa Komisji Europejskiej, która ma zwrócić uwagę na bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w internecie (więcej informacji o DBI w rozdziale 5).

#### 4.2. *Safer Internet Plus*

Program *Safer Internet Plus* został ustanowiony *Decyzją nr 854/2005/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 11 maja 2005 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego programu wspólnotowego na rzecz promowania bezpieczniejszego korzystania z Internetu i nowych technologii sieciowych*. Ramy finansowe dla realizacji programu od dnia 1.01.2005 r. do dnia 31.12.2008 r. ustalono na 45 mln euro. Jego celem miało być promowanie bezpieczniejszego korzystania z internetu i nowych technologii sieciowych, szczególnie przez dzieci, oraz zwalczanie treści sprzecznych z prawem i treści niechcianych przez użytkowników końcowych. Program przewidywał następujące działania:

1. Zwalczanie treści sprzecznych z prawem – w celu zapewnienia skuteczności programu wprowadzono wymóg funkcjonowania numerów interwencyjnych (*hotlines*) we wszystkich państwach członkowskich i państwach kandydujących, w których jeszcze nie istnieją. *Hotlines* pozwalają użytkownikom na zgłaszanie sprzecznych z prawem treści. Dalej zgłoszenia są przekazywane odpowiedniemu organowi (Dostawca Usług Internetowych – DUI, policja lub odpowiedni numer interwencyjny), który podejmuje działanie. Cywilne numery interwencyjne stanowią uzupełnienie dla policyjnych numerów interwencyjnych. Ich rola jest odmienna od roli organów ścigania, np. mogą stanowić centra eksperckie udzielające wskazówek DUI na temat tego, co może stanowić treści sprzeczne z prawem. Ponadto, aby sieć numerów interwencyjnych działała skutecznie, program zalecał wyznaczenie jednostek (węzłów) koordynacyjnych dla każdej sieci – w celu ułatwienia porozumiewania się w sprawie opracowywania na poziomie europejskim wskazówek, metod pracy i praktyk uwzględniających ograniczenia nałożone przez prawa krajowe właściwe dla poszczególnych numerów interwencyjnych.
2. Blokowanie treści niechcianych i szkodliwych – program zapewniał dalsze finansowanie w celu zwiększenia ilości dostępnych informacji na temat działa-

---

28 *INHOPE. International Association of Internet Hotlines*, <http://www.inhope.org/gns/who-we-are/at-a-glance.aspx>, [dostęp: 6.03.2016].

- nia i skuteczności filtrującego oprogramowania i usług, pozwalając użytkownikom na dokonanie świadomego wyboru. Ponadto przewidziano działania systemów klasyfikacji i znaków jakości w połączeniu z technologiami filtrującymi, w celu umożliwienia użytkownikom dokonywania wyboru treści, które chcieliby otrzymywać oraz udostępnienia rodzicom i nauczycielom informacji niezbędnych do podejmowania decyzji zgodnie z ich wartościami kulturowymi i językowymi. Położono także nacisk na uwzględnienie bezpieczeństwa małoletnich użytkowników na etapie opracowania nowych technologii, zamiast ograniczania się do naprawiania szkód wynikających z niedostatecznie bezpiecznego ich wykorzystania.
3. Promowanie bezpiecznego otoczenia – program przeznaczał wsparcie finansowe dla projektów mających na celu opracowanie transgranicznych, nie tylko krajowych, kodeksów postępowania. Ponadto działające od 2004 r. Forum Bezpieczny Internet miało być ważnym miejscem dla prowadzenia dyskusji na poziomie ekspertów i platformą do osiągnięcia porozumienia, sformułowania wniosków, zaleceń, wskazówek itp., adresowanych do odpowiednich krajowych i europejskich kanałów.
  4. Podnoszenie poziomu świadomości – miało na celu podejmowanie działań obejmujących tematycznie wiele kategorii treści sprzecznych z prawem, niechcianych i szkodliwych (np. treści uważane za nieodpowiednie dla dzieci, treści rasistowskie, ksenofobiczne). W odpowiednich przypadkach aktywności te powinny mieć w swoim zakresie kwestie związane z ochroną konsumentów, ochroną danych i bezpieczeństwem informacji w internecie (wirusy / spam). Ponadto działania obejmują one także nowe formy interaktywnej informacji i komunikacji, które powstają w wyniku szybkiego rozprzestrzeniania się internetu i telefonii komórkowej (usługi typu peer-to-peer, szerokopasmowa transmisja wideo, komunikatory internetowe, czaty itd.)<sup>29</sup>.

### 4.3. Safer Internet

Trzecia edycja programu *Safer Internet*, obejmująca lata 2009–2013, została przyjęta *Decyzją Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1351/2008/WE z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego wspólnotowego programu ochrony dzieci korzystających z Internetu oraz innych technologii komunikacyjnych*. Ramy

<sup>29</sup> *Decyzja nr 854/2005/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 11 maja 2005 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego programu wspólnotowego na rzecz promowania bezpieczniejszego korzystania z Internetu i nowych technologii sieciowych*, [http://eurlex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=0854&DTA=2005&qid=1398419090788&DTC=false&DTS\\_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM\\_INIT=ALL\\_ALL&DTS\\_SUBDOM=ALL\\_ALL](http://eurlex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=0854&DTA=2005&qid=1398419090788&DTC=false&DTS_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM_INIT=ALL_ALL&DTS_SUBDOM=ALL_ALL) [dostęp: 30.12.2015].



finansowe na realizację programu ustalono na 55 mln euro. Jego celem miało być: promowanie bezpiecznego korzystania z technologii sieciowych (zwłaszcza przez dzieci); promowanie rozwoju bezpiecznego środowiska online; ograniczenie ilości treści rozpowszechnianych w sieci, które są niezgodne z prawem; zwalczanie potencjalnie szkodliwych zachowań w środowisku online (w tym psychologicznej manipulacji dziećmi w celu doprowadzenia do ich wykorzystania seksualnego, groomingu, wirtualnego nękania, plików elektronicznych pokazujących przemoc fizyczną i psychiczną). Dążeniem programu było również podnoszenie publicznej świadomości w zakresie zagrożeń online i środków zapobiegawczych oraz opracowywanie narzędzi pedagogicznych opartych na najlepszych rozwiązaniach.

Program realizowano w czterech ogólnych obszarach działania:

1. zapewnienie świadomości publicznej,
2. zwalczanie niezgodnych z prawem treści i szkodliwych zachowań w środowisku online,
3. promowanie bezpiecznego środowiska online,
4. utworzenie bazy wiedzy<sup>30</sup>.

#### **4.4. Program *Connecting Europe Facility***

W roku 2012 – czyli w podczas trwania trzeciej edycji programu *Safer Internet* – przyjęto *Europejską strategię na rzecz lepszego internetu dla dzieci*. Wyznaczono nowe cele wspólnotowe, które miały podnosić kompetencje medialne dzieci i młodzieży, a także podnosić świadomość dotyczącą bezpieczeństwa online oraz zwalczania nielegalnych treści, w tym pornografii dziecięcej.

Obecnie działania te są finansowane w ramach unijnego programu Łącząc Europę (ang. *Connecting Europe Facility* – CEF). Dzięki temu przedsięwzięciu we wszystkich krajach Unii Europejskiej kontynuują swoje działania Centra Bezpiecznego Internetu (ang. *Safer Internet Centres*), które wcześniej funkcjonowały w ramach programu *Safer Internet*<sup>31</sup>.

---

<sup>30</sup> Decyzja Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1351/2008/WE z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego wspólnotowego programu ochrony dzieci korzystających z Internetu oraz innych technologii komunikacyjnych, [http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=1351&DTA=2008&qid=1406118883349&DTC=false&DTS\\_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM\\_INIT=ALL\\_ALL&DTS\\_SUBDOM=ALL\\_ALL](http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=1351&DTA=2008&qid=1406118883349&DTC=false&DTS_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM_INIT=ALL_ALL&DTS_SUBDOM=ALL_ALL) [dostęp: 13.12.2015].

<sup>31</sup> Program „*Connecting Europe Facility*”, Polskie Centrum Programu *Safer Internet*, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-polsce> [dostęp: 6.03.2016].

## 5. Dzień Bezpiecznego Internetu (DBI)

Jak już wspomniano, Dzień Bezpiecznego Internetu (DBI) obchodzony jest z inicjatywy Komisji Europejskiej od 2004 roku. Przedsięwzięcie to ma na celu przede wszystkim propagowanie i inicjowanie działań na rzecz bezpiecznego dostępu dzieci i młodzieży do internetu, zaznajomienie opiekunów, rodziców, nauczycieli i wychowawców z problematyką bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni.

W Polsce Dzień Bezpiecznego Internetu organizowany jest od 2005 roku przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę (dawniej Fundację Dzieci Niczyje) oraz Naukową i Akademicką Sieć Komputerową (NASK) – realizatorów unijnego programu *Safer Internet*. Głównym partnerem wydarzenia jest Fundacja Orange. W 2016 r. partnerami byli także Microsoft i Facebook<sup>32</sup>.

Obchody DBI organizowane są na całym świecie, a w ich przygotowanie angażują się instytucje edukacyjne, szkoły, placówki wychowawcze, domy kultury, instytucje pozarządowe, policja, władze lokalne, osoby prywatne itd.

W 2013 r. DBI obchodzony był 5 lutego w prawie 100 krajach na całym świecie pod hasłem „Serfuję. Respektuję”. Chciano zwrócić uwagę na to, że każdy internauta ma prawo wykorzystywać potencjał sieci do samorealizacji, zdobywania informacji, nauki czy zabawy. Jednak powinien pamiętać, że ponosi odpowiedzialność za swoje działania w cyberprzestrzeni. Podczas surfowania w sieci powinien pamiętać o szanowaniu innych użytkowników i ich praw.

Natomiast w 2014 r. DBI obchodzono 11 lutego pod hasłem „Razem tworzymy lepszy internet” (*Let's create a better Internet together*) i miał zwrócić uwagę na to, że każdy internauta może przyczynić się do tego, że internet będzie miejscem bezpiecznym i pozytywnym. Każdy z nas ponosi odpowiedzialność za to, co robi w sieci i w jaki sposób z niej korzysta.

Również w 2015 r. hasłem DBI było: „Razem tworzymy lepszy internet”. Wydarzenia zorganizowano 10 lutego. Miały zwrócić uwagę na rolę każdego użytkownika sieci w budowaniu bezpiecznego oraz przyjaznego internetu.

Tegoroczne obchody (w 2016 r.) pod hasłem „Lepszy internet zależy od ciebie” miały zwrócić uwagę na to, że każdy internauta może przyczynić się do tego, iż internet będzie miejscem pozytywnym i bezpiecznym. Każdy z użytkowników sieci ponosi odpowiedzialność za to, co robi w cyberprzestrzeni i w jaki sposób z niej korzysta. Zwrócono również uwagę na potencjał internetu, a także różne jego możliwości zastosowania, np. w edukacji, komunikacji oraz jako forma twórczej rozrywki<sup>33</sup>.

<sup>32</sup> *Co to jest DBI*, Polskie Centrum Programu *Safer Internet*, 2016, <http://www.saferinternet.pl/pl/co-to-jest-dbi> [dostęp: 11.05.2016].

<sup>33</sup> *Dzień Bezpiecznego Internetu*, Polskie Centrum Programu *Safer Internet*, <http://www.saferinternet.pl/pl/dzien-bezpiecznego-internetu> [dostęp: 11.05.2016].

## 6. Polskie Centrum Programu *Safer Internet* (PCPSI)

We wszystkich krajach Unii Europejskiej działają Centra Bezpiecznego Internetu (ang. Safer Internet Centres), które powstały w ramach programu *Safer Internet*. Program ten realizowany był w latach 1999–2014, a od 2015 r. finansowany jest w ramach unijnego programu *Łącząc Europę* (ang. *Connecting Europe Facility* – CEF)<sup>34</sup>

Polskie Centrum Programu *Safer Internet* (PCPSI) powołane zostało w 2005 r. Tworzą je Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (dawniej Fundacja Dzieci Niczyje) oraz Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa (NASK). Jest to organizacja non-profit. Centrum podejmuje szereg działań na rzecz bezpieczeństwa dzieci i młodzieży korzystających z internetu i nowych technologii. Partnerem większości realizowanych przez Centrum projektów jest Fundacja Orange<sup>35</sup>.

Koordynatorem przedsięwzięcia jest Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa, która prowadzi szereg innych działalności. Przede wszystkim jako instytut badawczy zajmuje się działalnością naukową i badawczo-wdrożeniową w dziedzinie bezpieczeństwa, niezawodności i efektywności sieci teleinformatycznych. Ponadto prowadzi rejestr domeny PL, a także jest operatorem telekomunikacyjnym. W strukturach instytutu funkcjonuje CETR Polska (z ang. Computer Emergency Response Team), którego zadaniem jest reagowanie na zdarzenia naruszające bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni<sup>36</sup>.

Z kolei Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, FDDS (dawniej Fundacja Dzieci Niczyje) jest organizacją pozarządową o charakterze non-profit. Od 1991 r. jej działalność polega na szeroko rozumianej pomocy dzieciom krzywdzonym, ich rodzinom i opiekunom. Fundacja prowadzi ośrodki pomocy, programy profilaktyki krzywdzenia dzieci oraz organizuje specjalistyczne szkolenia dla profesjonalistów. Od 2004 r. Fundacja realizuje kompleksowe działania na rzecz bezpieczeństwa dzieci w internecie<sup>37</sup>.

W ramach Polskiego Centrum Programu *Safer Internet* realizowane są trzy projekty:

- Saferinternet.pl – jego celem jest zwiększenie społecznej świadomości na temat zagrożeń, jakie niosą ze sobą najnowsze techniki komunikacji. Prio-

---

<sup>34</sup> *Program Safer Internet w Europie*, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-europie> [dostęp: 13.09.2016].

<sup>35</sup> *Program Safer Internet w Polsce*, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-polsce> [dostęp: 13.09.2016].

<sup>36</sup> Tamże.

<sup>37</sup> Tamże.

rytetem projektu jest edukacja dzieci, rodziców, a także podnoszenie kompetencji profesjonalistów w zakresie bezpiecznego korzystania z internetu. Projekt realizowany jest przez NASK i FDDS we współpracy z Fundacją Orange<sup>38</sup>.

- Pomoc telefoniczna i online – to projekty, w ramach których udziela się pomocy młodym internautom, rodzicom oraz profesjonalistom w przypadkach zagrożeń związanych z korzystaniem z internetu. Telefon zaufania w sprawach bezpieczeństwa dzieci:
  - dla dzieci i młodzieży to: 116 111,
  - dla rodziców i nauczycieli: 800 100 100.

Telefony prowadzone są przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę (dawniej Fundację Dzieci Niczyje)<sup>39</sup>.

- Dyżurnet.pl – to punkt kontaktowy, tzw. *hotline*, gdzie można anonimowo zgłaszać przypadki występowania w internecie treści zabronionych prawem, takich jak np. pornografia dziecięca, pedofilia, treści o charakterze rasistowskim i ksenofobicznym. Projekt realizowany przez NASK<sup>40</sup>.

## Zakończenie

Małoletni użytkownicy internetu mogą być narażeni na zagrożenia poprzez zetknięcie się z nielegalnymi lub szkodliwymi treściami zamieszczonymi w cyberprzestrzeni, np. treściami rasistowskimi czy pornografią dziecięcą, albo przez komunikowanie się z innymi internautami, czyli np. przez: cyberbullying, grooming, flaming, trollowanie. Zagrożenia te mogą wynikać z zachowań samych narażonych, jak i ze sposobu postępowania innych ludzi.

Jak podkreśla Małgorzata Gruchoła, chociaż w Polsce doświadczenie tych zagrożeń w globalnej sieci dotyczy 40% dzieci, to niedocenianie ich przez polskich rodziców jest bardzo powszechne. Matki i ojcowie w Polsce gorzej radzą sobie z komunikacją z dziećmi na temat zagrożeń i ryzykownych zachowań w internecie niż rodzice z innych krajów europejskich. Stąd konieczna jest edukacja w tym zakresie nie tylko dzieci, ale i rodziców<sup>41</sup>.

Istnieją dwa sposoby tworzenia reguł rządzących zachowaniem internautów w cyberprzestrzeni:

---

<sup>38</sup> Tamże.

<sup>39</sup> Tamże.

<sup>40</sup> Tamże.

<sup>41</sup> GRUCHOŁA M., *Ochrona użytkowników...*

- odgórny – tworzony z inicjatywy prawodawców; będą to akty prawne wydane przez centralne organy Unii Europejskiej, z którymi skorelowane jest prawo poszczególnych krajów, członków UE;
- oddolny – tworzony z inicjatywy użytkowników internetu, którzy dostrzegają potrzebę takiego samoograniczenia; np. tworzenie różnego rodzaju kodeksów, regulaminów.

Obok działalności prawodawczej Unia Europejska podejmuje szereg działań chroniących użytkowników internetu. Ważnym programem jest zapoczątkowany w 1999 r. *Safer Internet*, którego pozytywne skutki odczuwamy do dzisiaj. Celem programu było promowanie bezpiecznego korzystania z internetu wśród dzieci i młodzieży. W drugim etapie (2005–2008 r.) do programu dołączono problematykę związaną z zagrożeniami wynikającymi z korzystania z gier online, wymianą plików P2P oraz innymi formami komunikacji online w czasie rzeczywistym (komunikatory, czaty). Priorytetem trzeciej edycji programu (2009–2013 r.) było zwalczanie cyberprzemocy i uwodzenia dzieci w internecie. W ramach programu realizowane są różne międzynarodowe inicjatywy na rzecz zwiększenia bezpieczeństwa internautów, np. krajowe projekty *Safer Internet*, obchody Dnia Bezpiecznego Internetu, koordynowanie działalności stowarzyszenia INHOPE, powołanie europejskiej platformy wymiany informacji o zagrożeniach w internecie. Należy dodać, że UE wspiera dochodzenia policyjne, a także umożliwia międzynarodową współpracę wymiaru sprawiedliwości i organów ścigania związaną z przestępczością internetową.

Obecnie w ramach programu *Safer Internet* we wszystkich krajach Unii Europejskiej działają podobne projekty wspierające bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni i podnoszące kompetencje medialne społeczeństwa. Projekty te noszą różne nazwy, a ich priorytety zależą od realiów danego kraju.

Wśród podejmowanych działań Polskiego Centrum Programu *Bezpieczny Internet* priorytetem jest edukacja dzieci, rodziców oraz podnoszenie kompetencji profesjonalistów w zakresie bezpiecznego korzystania z cyberprzestrzeni.

Nowe technologie online, coraz nowocześniejsze urządzenia mobilne niosą ze sobą nowe wyzwania, ale i wiele – dotąd niespotykanych – zagrożeń. Czy podjęte działania Unii Europejskiej zapewnią ochronę młodocianym użytkownikom internetu? Należy sądzić, że tak. Kwestią dyskusyjną jest jednak problem, czy w wystarczającym stopniu. Kolejne edycje programu *Safer Internet* świadczą o potrzebie koordynacji i intensyfikacji tego typu działań. Także należy podkreślić, że najbardziej doskonałe regulacje prawne nie ochronią młodych użytkowników sieci przed zagrożeniami, jeśli oni sami nie będą do tego przygotowani. Stąd też ważnym oddziaływaniem prewencyjnym jest edukacja medialna, która umożliwi dzieciom i młodzieży nabycie umiejętności korzystania z internetu.

## BIBLIOGRAFIA

- BRZEZIŃSKI W., GÓRCZYŃSKI A., *Encyklopedia Unii Europejskiej*, Warszawa, Wydawnictwo XXL Media, 2006.
- Co to jest DBI*, Polskie Centrum Programu Safer Internet, 2016, <http://www.saferinternet.pl/pl/co-to-jest-dbi> [dostęp: 11.05.2016].
- Convention on Cybercrime z dnia 23 listopada 2001, <http://conventions.coe.int/Treaty/Commun/QueVoulezVous.asp?NT=185&CM=8&DF=25/06/04&CL=EN> [dostęp: 30.12.2015].
- Decision No 276/1999/EC of the European Parliament and of the Council of 25 January 1999 adopting a multiannual Community action plan on promoting safer use of the Internet by combating illegal and harmful content on global networks, <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX:31999D0276> [dostęp: 6.03.2016].
- Decyzja nr 854/2005/WE Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 11 maja 2005 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego programu wspólnotowego na rzecz promowania bezpieczniejszego korzystania z Internetu i nowych technologii sieciowych, <[http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=0854&DTA=2005&qid=1398419090788&DTC=false&DTS\\_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM\\_INIT=ALL\\_ALL&DTS\\_SUBDOM=ALL\\_ALL](http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=0854&DTA=2005&qid=1398419090788&DTC=false&DTS_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM_INIT=ALL_ALL&DTS_SUBDOM=ALL_ALL) [dostęp: 30.12.2015].
- Decyzja Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1351/2008/WE z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie ustanowienia wieloletniego wspólnotowego programu ochrony dzieci korzystających z Internetu oraz innych technologii komunikacyjnych, [http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=1351&DTA=2008&qid=1406118883349&DTC=false&DTS\\_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM\\_INIT=ALL\\_ALL&DTS\\_SUBDOM=ALL\\_ALL](http://eur-lex.europa.eu/search.html?instInvStatus=ALL&or0=DTS%3D3,DTS%3D0&or1=DTT%3DD,DTT%3DM,DTT%3DJ,DTT%3DS&DTN=1351&DTA=2008&qid=1406118883349&DTC=false&DTS_DOM=ALL&type=advanced&SUBDOM_INIT=ALL_ALL&DTS_SUBDOM=ALL_ALL) [dostęp: 13.12.2015].
- Decyzja Ramowa Rady Unii Europejskiej 2004/68/WSiSW dotycząca zwalczania seksualnego wykorzystania dzieci i pornografii dziecięcej z dnia 22 grudnia 2003 r., [http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotyczc%4C%85ca+zwalczenia+seksualnego+wykorzystania&qid=1397730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD\\_YEAR=2003](http://eur-lex.europa.eu/search.html?lang=pl&text=%E2%80%A2%09Decyzja+Ramowa+Rady+Unii+Europejskiej+2004%2F68%2FWSiSW+dotyczc%4C%85ca+zwalczenia+seksualnego+wykorzystania&qid=1397730107525&type=quick&scope=EURLEX&DD_YEAR=2003) [dostęp: 3.03.2016].
- Dzień Bezpiecznego Internetu*, Polskie Centrum Programu Safer Internet, <http://www.saferinternet.pl/pl/dzien-bezpiecznego-internetu> [dostęp: 11.05.2016].
- GRUCHOŁA M., *Ochrona użytkowników internetu w państwach Unii Europejskiej*, Lublin, Wydawnictwo KUL, 2012.
- GRUCHOŁA M., *Ochrona małoletnich internautów w prawie i praktyce państw Unii Europejskiej*, „Rozprawy Społeczne”, 2011, nr 1 (V), s. 78–89.
- INHOPE. *International Association of Internet Hotlines*, <http://www.inhope.org/gns/who-we-are/at-a-glance.aspx> [dostęp: 6.03.2016].
- Inicjatywy i raporty Komisji Europejskiej. Sprawozdanie nr 21/2009*, Bruksela, 12 kwietnia 2009, <http://www.google.pl/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CCKQFjAA&url=http%3A%2F%2Fww2.senat.pl%2Fk7%2Fue%2Ffinne%2F2009%2F>

- 2F021. pdf&ei=FbxPU7nIN-PjywOmnYKIAg&usg=AFQjCNEiZ6IFe0\_Fe\_ukLhT-4g8LTB-Kd0g [dostęp: 6.03.2016].
- Internet bezpieczniejszy dla dzieci! Konferencja ministerialna Unii Europejskiej w Pradze*, Portal Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, 2009-04-20, <https://www.msw.gov.pl/pl/aktualnosci/7141,dok.html> [dostęp: 30.12.2015].
- JAROS P.J. (oprac.), *Prawa dziecka. Dokumenty Rady Europy*, Warszawa, Biuro Rzecznika Praw Dziecka, 2013.
- JUSZCZYK S., *Internet – współczesne medium komunikacji społecznej*, [w:] „CZŁOWIEK – MEDIA – EDUKACJA”. 21. Ogólnopolskie Sympozjum Naukowe, Kraków, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN, 23–24.09.2011, <http://www.ktime.up.krakow.pl/symp2011/referaty2011/juszczyk.pdf> [dostęp: 30.12.2015].
- KIRWIL L., *Polskie dzieci w internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo – część 2. Częściowy raport z badań EU Kids Online II przeprowadzonych wśród dzieci w wieku 9–16 lat i ich rodziców*, Warszawa, SWPS – EU Kids Online – Pl, 2011.
- Konwencja o cyberprzestępczości. Budapeszt, 23 listopada 2001 r., <http://nowetechnologie.umk.pl/wp-content/uploads/2013/04/Konwencja-o-cyberprzestepczosci.pdf> [dostęp: 11.05.2016].
- Konwencja Rady Europy o ochronie dzieci przed seksualnym wykorzystaniem i niegodziwym traktowaniem w celach seksualnych z dnia 12 lipca 2007 r., [https://www.ms.gov.pl/Data/Files/\\_public/ppwd/akty.../rada\\_europy/-konwe2.pdf](https://www.ms.gov.pl/Data/Files/_public/ppwd/akty.../rada_europy/-konwe2.pdf) [dostęp: 6.03.16].
- LANGER R., OSIECKI J. (oprac.), *Ogólnopolskie badanie „Nastolatki wobec Internetu” realizowane na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka i NASK przez Pedagogium WSNS w okresie maj–czerwiec 2014 r.*, Warszawa, Rzecznik Praw Dziecka, NASK, 2014, <http://brpd.gov.pl/aktualnosci/czy-cyfrowy-swiat-jest-dla-dzieci-bezpieczny> [dostęp: 6.03.2016].
- MAKARUK K., WÓJCIK S. (oprac.), *EU NET ADB – Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, Warszawa, Fundacja Dzieci Niczyje, 2012, [http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport\\_eu\\_net\\_adb\\_pl.pdf](http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf) [dostęp: 30.12.2015].
- MURAWSKA-NAJMIEC E., *Informacja na temat działań społeczności międzynarodowej na rzecz objęcia Internetu systemem prawa przy jednoczesnej ochronie swobody wypowiedzi i informacji*, Analiza Biura Krajowej Rady Radiofonii i Telewizji, 2005, nr 7, s. 19, [http://www.krrit.gov.pl/Data/Files/\\_public/pliki/.../analiza2005\\_07.pdf](http://www.krrit.gov.pl/Data/Files/_public/pliki/.../analiza2005_07.pdf) [dostęp: 30.12.2015].
- MURRAY P.J., *What is CMC?*, „Computer Mediated Communication Magazine” 1997-01, <http://www.december.com/cmcmag/1997/jan/murwhat.html> [dostęp: 11.05.2016].
- Program „Connecting Europe Facility”*, Polskie Centrum Programu Safer Internet, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-polsce> [dostęp: 6.03.2016].
- Program Safer Internet w Europie*, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-europie> [dostęp: 13.09.2016].
- Program Safer Internet w Polsce*, <http://www.saferinternet.pl/pl/home/program-saferinternet-w-polsce> [dostęp: 13.09.2016].
- WORONOWICZ B.T., *Bez tajemnic o uzależnieniu*, Warszawa, Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2003.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Stop cyberprzemocy

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Zaprezentowanie uczniom zjawiska cyberprzemocy.

### 4. Cele szczegółowe:

- Uwrażliwienie na specyfikę problemu cyberprzemocy oraz możliwe jej konsekwencje wobec sprawców tychże działań.
- Wskazanie konsekwencji cyberprzemocy, jakie ponosi ofiara, ze szczególnym uwzględnieniem kwestii emocji i stanu psychicznego ofiary.
- Pobudzanie do empatii i tym samym przeciwstawianiu się zjawisku cyberprzemocy.
- Wspólne wypracowanie zasad bezpiecznego korzystania z sieci.
- Nabycie wiedzy związanej ze źródłem uzyskania wsparcia i pomocy.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Zjawisko i formy cyberprzemocy.
- Konsekwencje – dla ofiar, sprawców oraz świadków cyberprzemocy.
- Placówki (adresy, telefony) pomagające osobom doświadczającym cyberprzemocy.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Metody podające - pogadanka, mini-wykład konwersatoryjny, opis,
- Dyskusja,
- Burza mózgów,
- Metaplan,
- Drama.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Kartki papieru A 4,
- Kolorowe pisaki,
- Długopisy,
- Duża kartka brystolu.



## 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Zjawisko cyberprzemocy
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami i wprowadza w tematykę zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i zapoznają z tematem spotkania
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoliki ustawione pod ścianą

Treści kształcenia	Zjawisko oraz formy cyberprzemocy
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję na temat „Czym jest cyberprzemoc”
Czynności uczestników	Uczniowie podejmują dyskusję podając przykłady cyberprzemocy
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Przykłady cyberprzemocy i możliwe konsekwencje
Metody realizacji	Burza mózgów
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Kartki z opisem scenek do odegrania
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na trzy grupy, każdej rozdaje kartki z opisem sytuacji: - film nagrany telefonem w czasie gdy uczennica przebiera się po lekcji WF, rozpowszechniony później w Internecie, - sytuacja, w której pod ucznia podszywa się cybersprawca przemocy i przekazuje fałszywe informacje o nim w sieci - zdjęcia w czasie imprezy szkolnej – zrobione wbrew woli ucznia, ukazujące pozorowaną, sytuację, które zostaje rozpowszechniane w sieci.

	Nauczyciel prosi o przygotowanie krótkich scenek ukazujących opisane sytuacje
Czynności uczestników	Uczniowie podzieleni na grupy zapoznają się z zadaniem. Następnie opracowują scenki ukazujące opisane sytuacje – po określonym przez prowadzącego czasie grupy odgrywają scenki
Uwagi realizacyjne	Stoliki ustawione w stanowiska robocze

Treści kształcenia	Konsekwencje cyberprzemocy dla: - sprawców, - ofiar, - świadków
Metody realizacji	Burza mózgów, dyskusja, mini-wykład, konwersatoryjny
Czas trwania	30 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi aby uczniowie podzielili się na grupy: - sprawców, - ofiar, - świadków przemocy. Rozdaje kartki i prosi, aby zapisali uczucia, jakie towarzyszyły, następnie inicjuje dyskusję (wypowiadają się najpierw ofiary przemocy, świadkowie, a na końcu sprawcy), na koniec podsumowuje dyskusję wskazując wszystkie możliwe konsekwencje cyberprzemocy dla każdej grupy
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na grupy i spisują na kartkach wszystkie towarzyszące im uczucia podczas odgrywanych scenek, biorą aktywny udział w dyskusji oraz podsumowaniu prowadzonym przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w dwa półkola na przeciwko siebie

Treści kształcenia	Formy cyberprzemocy - zasady przeciwdziałania
Metody realizacji	Dyskusja, burza mózgów
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki

Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję, której wyniki zapisuje na tablicy: podaje możliwe formy cyberprzemocy
Czynności uczestników	Uczniowie metodą burzy mózgów wymieniają wszystkie możliwe formy cyberprzemocy
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Miejsca (adresy, telefony), gdzie można szukać pomocy
Metody realizacji	Pogadanka, opis, metaplan
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Kartka brystolu, kolorowe pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia – podając miejsca, gdzie można zgłosić się po pomoc w sytuacji doznawania cyberprzemocy, bądź też bycia jej świadkiem. W dalszej części udostępnia uczestnikom kartkę papieru oraz kolorowe pisaki
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają, w dalszej części zapisują adresy i telefony pomocne w sytuacji zagrożenia cyberprzemocą, a następnie wieszają te informacje na klasowej gazetce
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Utrwalenie wiadomości zdobytych na zajęciach
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Ankiety, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje za zaangażowanie uczniów w zajęcia. Rozdaje krótką ankietę do wypełnienia: - jak chronić się przed cyberprzemocą, - jak reagować na cyberprzemoc, - jakie konsekwencje grożą sprawcom cyberprzemocy. Nauczyciel żegna się z uczniami
Czynności uczestników	Uczniowie wypełniają ankietę i żegnają się z nauczycielem

Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole
--------------------	--------------------------

**9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:**

- Ankieta podsumowująca zajęcia.

Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszcy

## ZAGROŻENIE CYBERPRZEMOCĄ WŚRÓD MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

### Wprowadzenie

Internet to wspaniały i olbrzymi wytwór ludzkiej pracy i wyobraźni. Posiada w swoich zasobach przeogromną bazę wartościowych informacji, lecz mniej wprawnych użytkowników potrafi oszukać i zwieść w swe ciemne strony. Może pomóc w życiu codziennym i edukacji, ale też wciągnąć i zniszczyć uzależnieniem czy zakazaną działalnością. Sieć Internet oferuje kompletną gamę usług. W wyniku jej rozwoju powstały między tymi usługami różnorodne zależności. Jedna jest zależna od drugiej, mimo iż każda z nich ewoluuje we własnym kierunku. Ciągły i szybki rozwój nowoczesnych technologii powoduje, że usługi te mnożą się i są nieustannie udoskonalane. W mojej pracy spróbuję przedstawić rolę, jaką odgrywa Internet i jego zasoby w życiu młodego człowieka, możliwości wykorzystania do wspomagania zdobycia wiedzy oraz stwarzane zagrożenia dla organizmu i sfery psychicznej.

### Powstanie Internetu

Historia Internetu zaczyna się w końcu lat sześćdziesiątych. Departament Obrony rządu amerykańskiego rozpoczyna wtedy projekt badawczy realizowany przez agencję ARPA (*Advanced Research Projects Agency*), mający na celu stworzenie sieci komunikacyjnej dla celów wojskowych. Jest to, mówiąc przekornie, jeden z niewielu pozytywnych skutków wyścigu atomowego.

Rząd amerykański zorientował się, że w przypadku wojny atomowej już w pierwszych minutach starcia mogą zostać zniszczone tradycyjne środki komunikacji i łańcuch wydawania rozkazów przestanie istnieć. Zaradzić temu może stworzenie sieci komputerowej, która miałaby charakter zdecentralizowanej, co jeszcze bardziej uodporniłoby ją na nuklearny atak. Miał to być system mający wiele równoległych połączeń, które trudno byłoby zniszczyć w ataku

rakietowym. Tylko taki system mógłby pozwolić na zachowanie mechanizmu wydawania rozkazów, sprawowania kontroli i porozumiewania się podczas globalnego konfliktu.

W roku 1969 powstaje sieć ARPAnet. W dwa lata później łączy piętnaście instytucji rządowych i akademickich. W roku 1973 stworzone zostają połączenia międzynarodowe, do Wielkiej Brytanii i Norwegii. Rok później Ray Tomlinson tworzy program do przesyłania elektronicznych wiadomości po sieci (e-mail). W roku 1979 powstają grupy dyskusyjne Usenet, drugi z filarów dzisiejszego Internetu.

Dla naukowców uniwersyteckich niemających połączenia z ARPAnet stworzona zostaje w 1981 roku sieć CSNET (*Computer Science NETwork*). W 1982 roku ARPA wprowadza jako standard dla swej sieci protokół TCP/IP. W tym samym roku powstaje w Europie sieć EUnet, pozwalająca korzystać z usług poczty elektronicznej i Usenetu. W 1983 roku stworzona zostaje brama (*gateway*) pomiędzy ARPAnet a CSNET; fakt ten uważa się za początek istnienia Internetu jaki dzisiaj znamy.

NSF (*National Science Foundation*) łączy w 1986 roku pięć superkomputerów z ośrodków uniwersyteckich w sieć NSFnet, do której stopniowo podłącza się coraz więcej ośrodków uniwersyteckich.

W 1988 roku do Internetu jest już podłączonych sześćdziesiąt tysięcy komputerów. W 1990 ARPAnet kończy swoją działalność. Rok później pojawiają się systemy WAIS (*Wide Area Information Servers*) i Gopher, rozszerzając liczbę usług internetowych. W 1992 rozpoczyna działanie *World Wide Web*, stworzona przez Tim Bernersa-Lee. Liczba dołączonych komputerów przekracza milion. W 1993 roku pojawia się przeglądarka Mosaic, służąca do odczytywania stron *World Wide Web*; łatwość obsługi tego programu i jego następców przyspiesza rozwój *World Wide Web*, zarówno od strony liczby użytkowników, jak i gromadzonych w tej formie informacji.

W latach dziewięćdziesiątych pojawia się masowy dostęp do Internetu przez modem. W Polsce pod koniec wspomnianego dziesięciolecia rozpoczyna się wykorzystanie do tego celu także sieci telewizji kablowych. Liczba użytkowników gwałtownie rośnie, zwiększa się też liczba i różnorodność informacji. W sieci pojawiają się, obok ośrodków uniwersyteckich i instytucji rządowych, firmy komercyjne<sup>1</sup>.

### **Rola Internetu u dzieci i młodzieży**

Internet to „globalny system połączeń między komputerami, pozwalający ludziom komunikować się ze sobą i znajdować informacje wizualne, dźwiękowe i tekstowe na stronach WWW (*World Wide Web*), bez przemieszczania się

---

<sup>1</sup> SOKÓŁ M., *Internet. Przewodnik*, Gliwice, Wydawnictwo Helion, 2004, s. 25–28.

w czasie rzeczywistym, kosztów i ograniczeń przestrzennych oraz poza kontrolą rządów państwowych”<sup>2</sup>. Internet charakteryzuje się następującymi cechami: globalnym zasięgiem, otwartością, łatwością dostępu, interaktywnością, brakiem globalnej kontroli.

Historia powstania Internetu zaczęła się w końcu lat sześćdziesiątych. Wówczas Departament Obrony rządu amerykańskiego rozpoczął realizację projektu badawczego z udziałem agencji ARPA, którego celem było stworzenie wojskowej sieci komunikacyjnej, która byłaby odporna na skutki ataku nuklearnego. W 1969 roku powstała sieć eksperymentalna ARPANET, która składała się z czterech połączonych ze sobą komputerów znajdujących się w budynkach: Instytutu Stanforda, Uniwersytetu Stanowego Utah, Uniwersytetu Kalifornijskiego w Los Angeles i Santa Barbara. W Polsce pojęcie Internetu po raz pierwszy pojawiło się dnia 17 sierpnia 1991 roku, kiedy to fizyk Rafał Pietrak z Uniwersytetu Warszawskiego nawiązał łączność z Janem Sorensenem z Uniwersytetu w Kopenhadze.

Coraz częściej Internet jest miejscem, za pośrednictwem którego można załatwić wiele spraw, takich jak: wykonanie przelewu bankowego, zrobienie zakupów, odbywanie szkoleń, rekrutowanie osób do szkoły czy pracy, prowadzenie rozmów poprzez np. *Gadu-Gadu*, czat, *Skype*, komunikowanie się za pomocą poczty e-mail. Internet pełni następujące funkcje :

- „informacyjna – uwidaczniająca się w przekazie informacji w sposób łatwy, przystępny;
- kształcąca – czyli prezentowanie treści w walorach poznawczych umożliwiających rozwijanie zasobu wiadomości z różnych dziedzin;
- stymulująca – widoczna w rozbudzaniu zainteresowań, motywowaniu, kształtowaniu twórczej postawy;
- interpersonalna – umożliwiająca poznawanie problemów innych, dzielenie się emocjami;
- wychowawcza – propagowanie pewnych stylów życia, udzielanie porad;
- ludyczna – czyli dostarczanie rozrywki”<sup>3</sup>.

W 2004 roku przeprowadzono badania dotyczące korzystania z Internetu wśród młodzieży w wieku 13–15 lat. Według badania „najczęściej korzystają z Internetu w kawiarniach internetowych (56%), w szkole (49,4%), w domu na kom-

---

<sup>2</sup> GIDDENS A., *Socjologia*, Warszawa, wyd. PWN, 2005; cyt. za: KOZAK S., *Patologie komunikowania w Internecie. Zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży*, Warszawa, wyd. Difin, 2011, s. 47.

<sup>3</sup> CHUCHRO E., *O walorach edukacyjnych i kulturotwórczych serwisu dla dzieci i młodzieży* www.junior.reporter.pl, [w:] SOKOŁOWSKI M., (red.), *Oblicza Internetu. Internet a globalne społeczeństwo informacyjne*, Elbląg, wyd. PWSZ, 2005; cyt. za: FORMA P., *Znaczenie Internetu dla rozwoju dzieci i młodzieży*, Świętokrzyskie Centrum Edukacji na Odległość, „Zeszyty Naukowe”, 2006, nr 2, [http://www.sceno.edu.pl/konferencja/2\\_6.pdf](http://www.sceno.edu.pl/konferencja/2_6.pdf) [26.10.2016].

puterze własnym (40,1%)”<sup>4</sup>. Aż 20% gimnazjalistów codziennie korzysta z Internetu, 75% korzysta raz bądź więcej razy w tygodniu. Tylko zaledwie 5% młodych ludzi ma dostęp do Internetu rzadziej niż raz w tygodniu. Większość młodzieży, bo aż 68% ma kontakt z Internetem w czasie do 3 godzin dziennie. Natomiast według badań przeprowadzonych w 2009 roku do Internetu „dzieci logowały się częściej z domu (89%, w tym: 33% na własnym i 56% na wspólnym, rodzinnym komputerze) niż ze szkoły (61%)”<sup>5</sup>.

Internet dla dzieci i młodzieży jest narzędziem edukacji, źródłem wiedzy, a także sposobem na nudę. Młodzi ludzie w Internecie poszukują przede wszystkim kontaktu z rówieśnikami. Głównie po to, aby pozyskać akceptację, zrozumienie, wsparcie ze strony innych, przełamać izolację oraz uciec w inny świat. Komunikacja następuje poprzez słowo pisane. Częściej dotyczy to osób nieśmiałych, które w realnym świecie mają problem z zawieraniem znajomości, z wypowiedaniem się na forum, komunikacją „twarzą w twarz”. W Internecie młodzi ludzie znani są jedynie z nicków, jakie posiadają.

Najważniejszymi cechami komunikacji w Internecie są<sup>6</sup>:

- brak kontaktu fizycznego (można jedynie wyobrazić sobie, jak wygląda osoba, z którą się kontaktujemy);
- anonimowość osób (ujawniane informacje na swój temat niekoniecznie są prawdziwe);
- płynność tożsamości (możliwe odgrywanie różnych ról);
- pokonywanie ograniczeń przestrzennych (następuje kontakt z osobami z różnych stron świata);
- dostępność wielu kontaktów (istnieje możliwość wyboru kontaktu z daną osobą lub osobami);
- równość statusów osób (nie są znane: wiek, rasa, wyznanie, klasa społeczna, profesja osób, z którymi zawarto kontakt);
- możliwość archiwizowania historii kontaktów (możliwość zapisania korespondencji według daty i godziny rozmowy);
- możliwość asynchroniczności (tj. komunikowania się w dowolnym czasie rzeczywistym);

<sup>4</sup> KIRWIL L., *Wzorce korzystania z Internetu przez dzieci w wieku 13–15 lat*, <http://www.brpd.gov.pl/detail.php?recid=55> [26.10.2016].

<sup>5</sup> KIRWIL L., *Internet w życiu dzieci i młodzieży w Polsce. Raport z badań*: [http://www.edukacjamedialna.pl/e107\\_plugins/content/content.php?content.148](http://www.edukacjamedialna.pl/e107_plugins/content/content.php?content.148) [26.10.2016].

<sup>6</sup> AQUIL B., *Psychologia pomocy Online, czyli Internet w poradnictwie psychologicznym*, wyd. Magraf s.c., Bydgoszcz 2004; cyt. za: SŁYSZ A., ARCIMOWICZ B., *Przyjaciele w Internecie*, Gdańsk, wyd. GWP, 2009, s. 17–18.



- większa kontrola nad kontaktem (możliwość decydowania kiedy i jak odpowiedzieć danej osobie).

Zawierając kontakt za pośrednictwem Internetu, nie wiadomo, czy dana osoba darzy sympatią bądź nie. Nie ma możliwości sprawdzenia, czy osoba, z którą została nawiązana rozmowa, uśmiecha się czy też jest smutna. Oczywiście istnieją symbole graficzne mogące wyrazić samopoczucie np. „J”, „L”, ale są to znaki kontrolowane i nie zawsze odzwierciedlają prawdziwe emocje. Dzieci są bardzo ufne i często dostrzegają tylko zalety osób, z którymi kontaktują się przez Internet. To prowadzi do większej otwartości i poczucia bezpieczeństwa.

Po dokonaniu kategoryzacji odpowiedzi młodych ludzi na pytanie, jaką rolę odgrywają w ich życiu wirtualne znajomości, wyróżniono cztery zasadnicze typy. Stwierdzono, że znajomości internetowe służą:

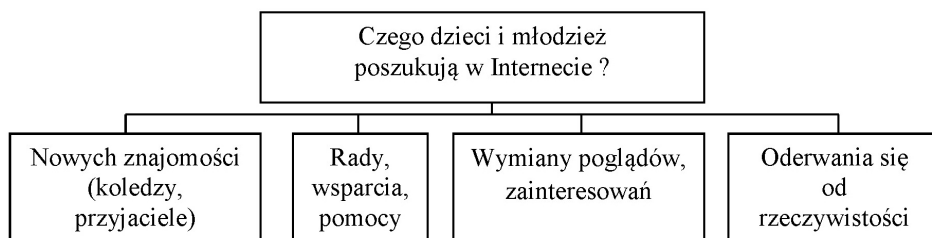
- „pomocą (zarówno oferowaną, jak i otrzymaną) i wsparciem; przykładowe wypowiedzi: «Mogę, gdy jest to możliwe, zaoferować pomoc albo o nią prosić»; «Wspierają duchowo»; «Rozmowy przez Internet często pozwalają poczuć się lepiej»; «Pomoc o każdej porze»; «Pomagają w trudnych sytuacjach»; «Pozbywam się nieśmiałości»;
- oderwaniu się od rzeczywistości; przykładowe wypowiedzi: «Dają szansę oderwać się od rzeczywistości»; «Zabijają nudę»;
- wymianie poglądów, opinii, zainteresowań, rozwojowi hobby, poszerzeniu horyzontów; przykładowe wypowiedzi: «Dzięki nim poznaję ludzi, których nie mam szansy spotkać w realu – na przykład o podobnych do moich zainteresowaniach, ale mieszkających na drugim końcu Polski»; «Jest to pewien sposób na wymianę doświadczeń, gdyż ludzie przeważnie stają się bardziej otwarci za zasłoną monitora»;
- poznawaniu nowych ludzi (kolegów, przyjaciół); przykładowe wypowiedzi: «Poznaję innych ludzi»; «Poznawanie świetnych ludzi»; «Komunikacja z ludźmi»; «Przyjaźń»; «Więzi z ludźmi»; «Szybki kontakt»; «Powiększają grono moich znajomych»<sup>7</sup>.

Głównymi narzędziami, za pomocą których dzieci i młodzież nawiązują znajomości w sieci są komunikatory internetowe. Najbardziej powszechnym narzędziem jest *Gadu-Gadu* (GG). Każdy młody człowiek może założyć konto na serwerze GG. Wówczas zostaje mu przydzielony indywidualny numer, dzięki któremu inne osoby mogą go znaleźć i się z nim komunikować. Numer ten jest wpisany do publicznego katalogu użytkowników GG. Konto jest zabezpieczone hasłem i nikt nie może się podszywać pod inną osobę. Poza tym po uruchomieniu tegoż komunikatora wyświetlona jest lista zapisanych użytkowników wraz

---

<sup>7</sup> LEWANDOWSKI T., *Człowiek w sieci – wyniki badań*, <http://socjologia.wlanet.pl/psychologia> [26.10.2016].

z ich aktualnym statusem („dostępny”, „nieдоступny”, „zaraz wracam”). Aby móc wysłać wiadomość, należy kliknąć na pseudonim wybranej osoby, napisać treść i potwierdzić przyciskiem „wyslij”. Rozmowę nawiązać można również z przypadkowo wybraną w wyszukiwarce osobą. *Gadu-Gadu* jest najczęściej używanym komunikatorem ze względu na łatwość obsługi.



Ryc. 1. Rola internetowych znajomości

Źródło: SŁYSZ A., ARCIMOWICZ B., *Przyjaciele w Internecie*, Gdańsk, wyd. GWP, 2009, s. 20.

Innym komunikatorem – również popularnym – jest czat, umożliwiający rozmowę kilku / kilkunastu osób w tym samym czasie w tzw. pokojach. Rozmowa może być prywatna (dotycząca dwóch osób) bądź publiczna (dostępna dla wszystkich zalogowanych osób). W pokoju może znajdować się wiele piszących osób. Przeszukując listę nicków osób dostępnych w danym pokoju, można zdecydować, z którym z nich przejdziemy na rozmowę na prywatnym czacie. Pokoje na czatach są pogrupowane według tematów np. muzyka, książka, film, szkoła; wieku (podstawówka, gimnazjum, liceum, 10-latki, 15-latki, 20-latki itd.). Czaty charakteryzują się niekiedy brakiem kultury zalogowanych osób. W związku z tym dzieci i młodzież mogą być narażeni na nieprzyjemne komentarze. Zdarza się jednak, że za wulgarne, agresywne zachowania użytkownik jest wyrzucony z czatu.

Kolejnym narzędziem komunikacji w Internecie są fora dyskusyjne podzielone tematycznie. Forum może założyć każda osoba zainteresowana konkretnym tematem, chcąc poznać opinie innych osób. Wystarczy rozpocząć dany wątek, wpisując tekst, a następnie czekać na odpowiedź innych zainteresowanych. Każde forum objęte jest regulaminem. Administrator może kasować bądź poprawiać oraz tworzyć wątki. Osoba zamieszczająca tekst na forum niekiedy czeka na odpowiedź do kilku / kilkunastu dni. Zatem fora różnią się od czatów tym, że rozmowa nie odbywa się w czasie rzeczywistym.

Najstarszą formą komunikacji w sieci między młodymi ludźmi i nie tylko jest poczta elektroniczna (e-mail), za pomocą której można wysłać listy. Usługa ta dostępna jest również w telefonach komórkowych.

Ostatnim, coraz częściej używanym wśród dzieci i młodzieży komunikatorem, są serwisy społecznościowe. Do najbardziej popularnych należą: *Nasza Klasa* ([www.nk.pl](http://www.nk.pl)) i *Facebook* ([www.facebook.com](http://www.facebook.com)). Wystarczy założyć swój profil, podając podstawowe dane tj.: imię, nazwisko, wiek, zainteresowania, i dodać zdjęcie. Każdy użytkownik posiada hasło umożliwiające zalogowanie się na stronę. Na portalach tych można odnaleźć znajomych ze szkoły, klasy oraz poznać nowe osoby. Niestety konto na tego rodzaju stronach może założyć każdy bez ograniczeń wiekowych. Wiąże się to z występowaniem potencjalnych zagrożeń wobec młodszych użytkowników, którym nie jest zapewniana wystarczająca ochrona. Z badań przeprowadzonych w Stanach Zjednoczonych przez jedną z firm wynika, że aż 96% dzieci i nastolatków czynnie korzysta z sieci społecznościowych, a 71% z nich używa tych portali przynajmniej raz w tygodniu. Badania te przeprowadzono wśród młodych ludzi w wieku 9–17 lat. Zatem można zauważyć, że strony społecznościowe coraz częściej zastępują telewizję czy radio.

Dzięki omówionym wyżej formom komunikacji w Internecie można stwierdzić, jak łatwo dzieci i młodzież mogą nawiązać kontakt z niekiedy zupełnie obcymi im osobami, którym się zwierniają ze swoich problemów, wyjawiają informacje dotyczące życia swojego, ale także poniekąd rodziny. Łatwiej im zawrzeć kontakt za pośrednictwem sieci niż w realnym życiu (głównie osoby nieśmiałe). Za monitorem komputera mogą siebie przedstawić w innym świetle, mogą odgrywać różne role. Niestety dzieci i młodzież nie są świadomi skutków i zagrożeń wynikających ze znajomości z osobami poznanymi w sieci.

Powodem, dla którego młodzi ludzie korzystają z Internetu, oprócz komunikatorów, są też wyszukiwarki internetowe, umożliwiające znalezienie wielu informacji na interesujący temat. Wystarczy skorzystać np. z [www.google.pl](http://www.google.pl), tam wpisać wybrane zagadnienie i nacisnąć przycisk „szukaj”. Wówczas na ekranie monitora wyświetla się kilkaset stron internetowych związanych ze słowem wpisanym w wyszukiwarce. Zatem istnieje możliwość wyboru konkretnej strony bądź przeglądania po kolei kilku z nich. Istotne jest, że na niektórych portalach pojawiają się reklamy, których dzieci i młodzież niepełnoletnia nie powinni oglądać. Tak samo jest w przypadku różnych stron internetowych, blogów, dostępnych tylko dla osób dorosłych. Niejednokrotnie przy otwieraniu jakiejś strony pojawia się okienko „Czy masz ukończone 18 lat?”. Jednak nieletni wybierają przycisk „tak”, ponieważ zdają sobie sprawę z braku konsekwencji wynikających z odwiedzania niedozwolonych dla nich stron. Postępowania takie nie są niestety egzekwowane.

Wyszukiwarki internetowe są łatwą i szybką formą znalezienia informacji na dany temat. W ówczesnym świecie młodzi wolą poszukać definicji pojęcia, opisu wydarzeń, tłumaczenia słów na inny język za pomocą Internetu niż w encyklopedii, słownikach czy innej fachowej literaturze. W sieci dostępne są strony typu

www.sciaga.pl, z której korzystają, przepisując całe treści bądź ich fragmenty, lub tzw. „tłumacze”, za pośrednictwem których mogą w szybki sposób przetłumaczyć wyrazy lub zdania na inny język np. z polskiego na angielski. Dzięki temu oszczędzają swój czas, wykorzystując go na przyjemności. Przez tego rodzaju portale, młodzież nie rozwija się i nie uczy indywidualnego myślenia. Coraz rzadziej sięga do książek, ponieważ wie, że wszystko można znaleźć w sieci.

W życiu dzieci i młodzieży Internet odgrywa również rolę rozrywkową i zajmuje miejsce innych dostępnych mediów. Stanowi odpowiednik tego, w jaki sposób młodzi ludzie spędzają wolny czas w realnym świecie.

Najpopularniejszą formą rozrywki w sieci są gry logiczne, m.in.: szachy, puzzle, pasjansy, warcaby, scrabble, kalambury. Wymagają one przede wszystkim skupienia i inteligentnego myślenia. Przy rozwiązywaniu łamigłówek należy wykazać się uwagą i sprytem.

Jednak najczęściej młodzi ludzie korzystają z innych rodzajów gier, które można podzielić na:

- edukacyjne (uczące np. matematyki, alfabetu, języka obcego, religii itd.), są to gry bardzo pożyteczne, które raczej nie uzależniają, a ułatwiają zdobywanie lub poszerzanie wiedzy;
- sportowe, które mogą uzależniać i zajmować dużo czasu; gracz przejmuje rolę danego zawodnika bądź drużyny, przykładowo: boks, piłka nożna, siatkówka, koszykówka, hokej na lodzie, skoki narciarskie;
- przygodowe, w których, aby dojść do celu, trzeba zmierzyć się z różnymi sytuacjami, pokonywać przeszkody, przejść przez skomplikowane labirynty, rozwiązywać zagadki przy pomocy dostępnych narzędzi;
- strategiczne, polegające na zlikwidowaniu przeciwnika / wroga w celu osiągnięcia zwycięstwa militarnego; gry te bardzo uzależniają;
- gry akcji – najczęściej są to w 100% gry brutalne, gracz dostaje broń w celu usunięcia przeciwnika / wroga; przeznaczone są dla osób powyżej 18. roku życia, niestety sięgają po nie również dzieci i młodzież;
- wyścigowe – najbardziej znane, gracz umieszczany jest na miejscu kierowcy pojazdu; celem jest dotarcie do mety, osiągając jak najlepszy czas i pokonanie pozostałych zawodników, kierowanych przez Internet lub komputer.

Zatem wszelkiego rodzaju gry on-line czy komputerowe mają dla młodych ludzi znaczenie zarówno rozrywkowe, jak i edukacyjne oraz wspomagające rozwój procesów poznawczych tj. pamięć, koordynacja wzrokowa i ruchowa, uwaga. Jednak niektóre gatunki gier mają negatywny wpływ na dzieci i młodzież, wywołują u nich zachowania agresywne, przemoc i chęć walki.

W związku z powyższym Internet w życiu dzieci i młodzieży odgrywa istotną rolę. Pełni przede wszystkim funkcję rozrywkową, ale jest też narzędziem komunikacji oraz źródłem pozyskiwania wiedzy szkolnej i o charakterze hobbystycznym.

### **Pozytywne oddziaływanie Internetu na proces zdobywania wiedzy oraz rozwój dzieci i młodzieży**

Sieć komputerowa posiada duży potencjał edukacyjny ze względu na ogromną ilość informacji. Ma też znaczenie dla osób niepełnosprawnych niemających możliwości poruszania się samodzielnie poza domem. Niewątpliwie zaletą jest nieprzerwana praca sieci, stwarzająca użytkownikom możliwość korzystania z niej w dowolnych dniach i porach, co sprawia, iż można dostosować tempo i czas pracy do własnych możliwości i potrzeb uczenia się. Internet jest także pomocny w poszukiwaniu wiedzy nawet w bardzo odległych zakątkach świata, oszczędzając przy tym czas, nie mówiąc o kosztach operacji, jeśli miały być wykonane metodami tradycyjnymi. Poza niewątpliwą wygodą surfowanie po sieci daje okazje do wymiany opinii ze znanymi autorytetami czy ekspertami. Ciekawa dyskusja może być zaczątkiem stymulacji do poszerzania własnej wiedzy, może zachęcić do dalszych dociekań itd. Sieć daje ponadto znaczne możliwości w kontaktach placówek naukowych, szkół, poszczególnych nauczycieli, uczniów, co stwarza szerokie możliwości współpracy, wzajemnego poznawania się i zbliżenia, mimo nieraz znacznych odległości dzielących rozmówców. Sprawia to, że ludzie stają się sobie bliżsi i wiedzą o sobie więcej, przełamując często uprzedzenia, niedomówienia i wszelkiego rodzaju bariery wynikające z czystej niewiedzy i niezajomości innej kultury, regionu itd. Kontakty takie prowadzą do nieformalnych, jak i bardziej zorganizowanych przejawów współpracy, zarówno między placówkami jak i poszczególnymi uczniami i nauczycielami. Sieć komputerowa daje ponadto możliwość pracy w zespołach osób niekoniecznie znajdujących się w tym samym miejscu, pomieszczeniu, mieście czy kraju. Fascynuje przy tym możliwość znalezienia się w prawdziwej interakcji z nauczycielem z Australii, posiadającym cenne informacje na temat np.: skorupiaków rafy australijskiej. Liczne badania wskazują, że praca w sieci sprzyja lepszemu kontaktowi pomiędzy uczniami aniżeli inne formy współpracy<sup>8</sup>. Warto zwrócić uwagę na fakt, że sieć komputerowa nie zastępuje dotychczasowych form uczenia się, lecz je wyraźnie rozszerza. Dziś nie mamy możliwości nauki wielu zawodów wymagających praktyki np. lekarza, nauczyciela, ale Internet stworzył ogromne możliwości doksztalcania i samokształcania. Lekarz poprzez sieć komputerową ma możliwość poznać nowe rozwiązania chirurgii, według wskazówek innych lekarzy przeprowadzić operację. Nauczycy-

---

<sup>8</sup> GAJDA J., JUSZCZYK S., SIEMIENIECKI B., WENTA K., *Edukacja medialna*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2002, s. 283–285.

ciel korzysta w sieci z rozwiązań metodycznych swoich kolegów, może otrzymać w ciągu 48 godzin materiały metodyczne, źródła tych materiałów lub dowiedzieć się jak postępować z uczniami ze specyficznymi trudnościami w nauce czytania i pisania. Dysponując podstawową wiedzą i umiejętnościami w zakresie technologii informacyjnych, łatwo docenić takie choćby możliwości nowych technologii (między innymi Internetu) jak:

- nieograniczony właściwie dostęp poprzez Internet do aktualnych informacji naukowych, gospodarczych, politycznych i kulturalnych (wystarczy skorzystać z wyszukiwarek),
- obecność odległego świata (muzea, egzotyczne kraje, najnowsze wynalazki) w wiejskich i małomiasteczkowych środowiskach poprzez nauczanie za pośrednictwem Internetu (wystarczy znać odpowiednie programy i adresy internetowe),
- elektroniczny kontakt z ludźmi z różnych zakątków ziemi, znosząc barierę czasową, urzeczywistniając marzenia (korzystanie z poczty elektronicznej oraz komunikatorów).

Zagrożenia mogą poniekąd tracić swoją wyrazistość, ponieważ:

- uzależnienia od gier komputerowych i bezmyślnego przeglądania przepastnych zasobów internetowych nie wyglądają bardziej realnie od używek, narkotyków i wideomanii,
- ministerialne projekty i programy (pracownia internetowa w każdej gminie, pracownia internetowa w każdym gimnazjum) nie tylko rozbudowują szkolną infrastrukturę sprzętową, ale umożliwiają zakupy oprogramowania po preferencyjnych cenach i zapewniają tanie szkolenia w zakresie technologii informacyjnych,
- na rynku pojawia się coraz więcej podręczników wspomagających nauczanie poszczególnych przedmiotów (zarówno dla uczniów i nauczycieli) z odwołaniami do konkretnych komputerowych programów edukacyjnych i adresów internetowych, a coraz częściej spotykane elektroniczne podręczniki zwiększają zakres edukacyjnych możliwości uczniów oraz nauczycieli<sup>9</sup>.

Posiadanie połączenia do Internetu stwarza nam kolejną możliwość, jaką są multimedia strumieniowe. To te same multimedia, z którymi spotykamy się na co dzień, czyli: obraz, dźwięk, tekst i wszelkie ich odmiany, jednak dostarczone do odbiorcy nie w postaci pliku lecz strumieni danych. Multimedia strumieniowe pozwalają na odtwarzanie plików dźwiękowych lub wideo jeszcze podczas ich ściągania z sieci. Zalety takiego rozwiązania są oczywiste: nie jesteśmy narażeni na długotrwałe oczekiwanie na załadowanie całego pliku. Obok rozwiązań firmy

---

<sup>9</sup> JUSZCZYK S. (red.), *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2002, s. 167, 169–170.

Apple – programu *QuickTime* – format plików strumieniowych opracowanych przez firmę RealNetworks jest obecnie najpowszechniej stosowany w Internecie. Szerokie zastosowanie multimedia strumieniowe mogą znaleźć w edukacji, gdzie posłużą do transmisji wykładów i materiałów szkoleniowych w trybie on-line, wzbogaconych elementami interakcyjnymi. Wcześniej wyemitowane zajęcia będzie można także w dowolnej chwili pobrać ze specjalnego archiwum.

Telewizja interaktywna oraz „wypożyczanie” filmów poprzez sieć Internet ma być jedną z głównych usług przyszłych infostrad. Nie czekając na pojawienie się infostrad, podejmowane są już teraz próby przesyłania programów telewizyjnych i filmów poprzez Internet. Jedną z takich inicjatyw jest utworzenie w wirtualnej sieci o nazwie *M-Bone* (Multicast Backbone). Sieć tę zaczęto tworzyć na początku 1992 roku w Information Sciences Institute (University of Southern California) w związku z podjęciem prób rozsyłania (multicast) informacji audio i wideo relacjonujących spotkania w ramach Internet Engineering Task Force. Multicasting oznacza rozsyłanie informacji od jednego nadawcy do wielu odbiorców lub od wielu nadawców do wielu odbiorców. Umożliwia to realizację wideokonferencji lub transmisji programów telewizyjnych np. o charakterze edukacyjnym. Obecnie setki naukowców prowadzą projekty związane z opracowaniem protokołów i aplikacji umożliwiających grupową komunikację poprzez sieć *M-Bone*<sup>10</sup>.

### **Zagrożenia i niebezpieczeństwa wobec dzieci i młodzieży w Internecie**

Korzystanie z Internetu pomimo zalet takich jak łączność ze światem czy zdobywanie informacji, stwarza również ogromne zagrożenia dla dzieci i młodzieży. „Zagrożenie to zjawisko wywołane działaniem sił natury bądź człowieka, które powoduje, że poczucie bezpieczeństwa maleje bądź zupełnie zanika, jest przyczyną komplikacji w życiu”<sup>11</sup>. Wyróżnić można dwa typy zagrożeń: te, które inni stwarzają dla dzieci i młodzieży, oraz te, które dzieci i młodzież stwarzają dla innych (np. dla rodziców, bliskich). W literaturze wymienia się następujące kategorie zagrożeń, jakie młodzi ludzie mogą napotkać w Internecie:

- dostęp do nieodpowiednich dla dzieci i młodzieży stron internetowych zawierających: cyberseks (pedofilia, oglądanie treści o charakterze erotycznym i pornograficznym), treści ukazujące przemoc i szerzące nienawiść, treści zachęcające do stosowania używek (narkotyki, tytoń, alkohol), do udziału w stowarzyszeniach lub sektach, treści zawierające nieprawdziwe i przesadzone informacje, nietolerancję;

---

<sup>10</sup> Ibidem, s. 187–188.

<sup>11</sup> KOZAK S., op. cit., s. 156.

- *grooming* (nakłanianie do flirtów i spotkań na tle seksualnym za pomocą czatów);
- *stalking* (nękanie), zastraszanie, znieważanie, bycie uwodzonym czy niepokojonym przez innych ludzi;
- zbieranie ważnych informacji osobistych i innych poufnych danych (*skimming* – kradzież numerów kart kredytowych, *phishing* – wyłudzenie informacji o koncje);
- kontakty z nieznanymi, cybernapastnikami (pedofile, oszuści), spotkania w świecie realnym, twarzą w twarz;
- korzystanie z usług (np. hazard) i kupowanie niebezpiecznych przedmiotów (np. broń), używek (np. dopalacze);
- łamanie prawa poprzez ściąganie programów, wirusów, umożliwianie dostępu hakerom;
- cyberprzemoc (agresja, groźby);
- uzależnienie od Internetu, nadmierne jego używanie oraz skutki zdrowotne wynikające z korzystania z komputera.

Jednym z głównych zagrożeń wobec dzieci i młodzieży jest cyberprzemoc. Definiuje się ją jako „przemoc (agresja) przy użyciu mediów elektronicznych, przede wszystkim Internetu i telefonu komórkowego”<sup>12</sup>. Agresja natomiast jest działaniem zamierzonym, mającym na celu sprawienie bólu i wyrządzenie krzywdy drugiej osobie. Przemoc, czyli zniewaga, narzucenie komuś swej woli, pojawia się wtedy, gdy występują dwie role: osoby poszkodowanej (ofiary) i osoby nadużywającej siły (sprawcy).

Pierwsze medialne doniesienia o cyberprzemocy na świecie pojawiły się w 2000 roku. Ujawniono wówczas następujące przypadki: ucznia japońskiego, który nagrany został telefonem komórkowym w krępującej sytuacji w szkolnej szatni; amerykańskiej uczennicy, której zdjęcie przerobiono na zdjęcie pornograficzne; film, w którym kanadyjski chłopiec nagrywa scenę walki ze znanego wszystkim filmu *Gwiazdne wojny*.

W Polsce problem przemocy przy użyciu mediów elektronicznych pojawił się w 2006 roku, kiedy to gimnazjalistka z Gdańska popełniła samobójstwo, którego przyczyną była doznana ze strony rówieśników przemoc. Nagrany został telefonem komórkowym akt krzywdzenia dziewczyny.

Problem cyberprzemocy jest zjawiskiem codziennym dotyczącym od 20% do 50% dzieci i młodzieży. W Polsce agresji w Internecie, opartej na smsach, e-mailach o obraźliwej treści, dręczeniu przy użyciu komunikatorów, wpisów na różnych forach, robieniu zdjęć i ich udostępnianiu, doświadcza ponad połowa

---

<sup>12</sup> Ibidem, s. 158.

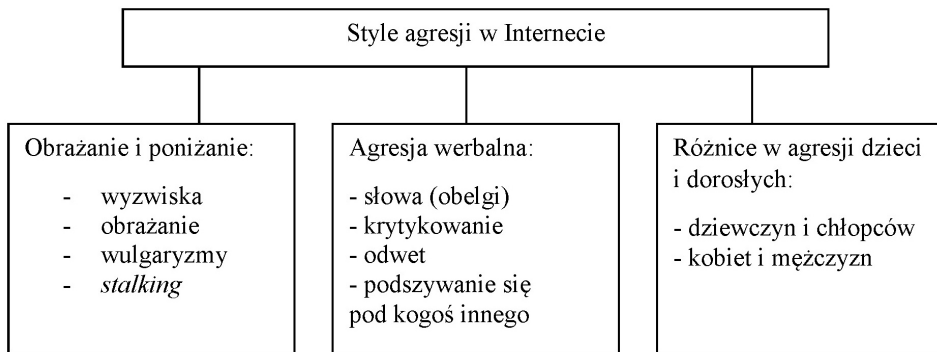


młodych ludzi. Przyznają oni, że przynajmniej raz byli filmowani lub fotografowani wbrew ich woli. A co druga młoda osoba miała styczność z przemocą werbalną w sieci.

Sprawcy podanych przypadków przede wszystkim podejmują się działania, ponieważ wiedzą, że są anonimowi oraz bezkarni. Istotne jest, że informacje i inne materiały ukazujące się w Internecie trafiają do ogromnej liczby odbiorców.

Wymienić można następujące rodzaje cyberprzemocy i agresji w sieci :

- fizyczne: zagrożenie utraty zdrowia fizycznego i psychicznego, m.in.: choroby oczu, bóle głowy, bóle kręgosłupa;
- psychiczne: uzależnienie od komputera, poczucie bezpieczeństwa przed monitorem komputera, życie w wirtualnym świecie, agresja, depresja;
- moralne: ściąganie piosenek, filmów, łamanie prawa, uprawianie hazardu, przesyłanie wirusów, wstępowanie do sekt;
- społeczne: agresja, poczucie anonimowości, nieprzestrzeganie norm, używanie wulgaryzmów, kłamanie, dokuczanie;
- intelektualne: zaufanie dziecka do możliwości Internetu, udostępnianie danych, kontakt z nieznanymi.



Ryc. 2. Rodzaje agresji w Internecie – agresja elektroniczna

Źródło: KOZAK S., *Patologie komunikowania w Internecie. Zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży*, Warszawa, wyd. Difin, 2011, s. 164.

Internet jest także łatwym sposobem rozpowszechniania informacji. Każdy bowiem może być ekspertem i publikować nieprawdziwe informacje. Niestety młodzi ludzie nie mają umiejętności odróżniania wiadomości faktycznych od będących fantazjowaniem. Dzieci bardzo często koloryzują pewne fakty. Są ufne i naiwne. Nie zdają sobie sprawy, że nie każda osoba jest tym, za kogo się podaje. Udostępniają swoje dane osobiste na portalach społecznościowych, nie mając

świadomości zagrożenia. Nigdy nie wiadomo, kto siedzi po drugiej stronie. Nieznana osoba może wykorzystać uzyskane dane, niekiedy bardzo poufne.

Kolejnym zagrożeniem dla młodych ludzi w sieci są wirtualne znajomości. Nowe osoby można poznać na czatach, forach dyskusyjnych, za pośrednictwem komunikatorów typu *Gadu-Gadu*. Zdarza się, że takie znajomości kończą się po wymianie kilku zdań. Jednak są też takie, które trwają dosyć długo i dana osoba myśli, że znalazła przyjaciela, z którym chce się spotkać twarzą w twarz. Szczególnie narażone są tutaj dzieci, których rodzice są bardzo zapracowani i nie mają dla nich czasu. Młodzi ludzie potrzebują bliskości, możliwości opowiedzenia o swoich problemach, żalach i radościach. Bywają również osoby, które są nieśmiałe, z trudnością nawiązują kontakt z rówieśnikami w realnym życiu. Wówczas łatwiej im zawrzeć znajomość w sieci, wyrazić swoje uczucia, ponieważ są anonimowi. Zawierając znajomość internetową tak naprawdę nie wiadomo, kim jest osoba po drugiej stronie, z kim ma się do czynienia. Wiadomo tylko tyle, ile dana osoba chce nam powiedzieć. Niekoniecznie przedstawione informacje są prawdziwe. Podstawowymi zagrożeniami i skutkami zawierania znajomości przez Internet są m.in.:

- udostępnianie danych osobowych własnych, rodziny;
- życie w świecie wirtualnym;
- izolowanie się od świata realnego, ograniczanie kontaktów z rówieśnikami;
- spędzanie większej ilości czasu przed komputerem;
- bycie uwodzonym, zastraszonym;
- wstępowanie do sekt, stowarzyszeń;
- rozdrażnienie;
- uważanie znajomości wirtualnych lepszych od rzeczywistych.

Innym niebezpieczeństwem dla dzieci i młodzieży w Internecie jest *grooming*, czyli relacje dorosłych z dziećmi w celu nakłaniania do flirtów, uwodzenia, wykorzystania seksualnego, co zaliczane jest do pedofilii. Pedofilia określa „każde zachowanie osoby dorosłej wobec dziecka, które służy jej podnieceniu i zaspokojeniu własnych potrzeb seksualnych”<sup>13</sup>. Pedofil poszukuje swoich ofiar na forach, czatach, komunikatorach internetowych. Zawiera znajomość opowiadając w pozytywny sposób o sobie, a następnie nakłania do rozmów o seksie, oglądania stron pornograficznych oraz spotkania w realnym świecie. Dostęp do stron internetowych o charakterze erotycznym i pornograficznym jest nieograniczony. Kontakt z tego typu stronami zadeklarowało 71% respondentów w wieku 12–17 lat w trakcie badania przeprowadzonego przez Agencję Gemius i Fundację Dzieci Niczyje. Nieraz przy otwieraniu wybranej strony internetowej można natknąć się

---

<sup>13</sup> Ibidem, s. 186.

na reklamy stron pornograficznych, zachęcających do ich odwiedzenia. Młodzi ludzie są bardzo ciekawi nowych rzeczy, zatem wchodzą na tego typu strony. Tam ukazywane są obrazy poniżanych przez partnerów kobiet, stosowanej wobec nich przemocy. To doprowadza do zachowań patologicznych młodych ludzi, którzy często dopuszczają się gwałtów na swoich rówieśnikach, ponieważ chcą zaspokoić swoje potrzeby. W związku z tym istotna jest rola rodziców w uświadomieniu dzieci, że nie należy bezgranicznie ufać osobie siedzącej po drugiej stronie, bo nigdy nie wiadomo, kim ta osoba jest i jakie ma zamiary.

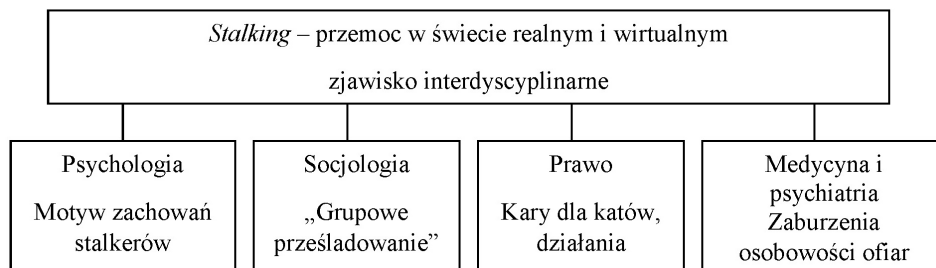
Groźnym zjawiskiem w Internecie jest *stalking*, czyli prześladowanie, molestowanie ofiary. Stalker świadomie kieruje swoje postępowanie wobec osoby prześladowanej, polegające na powtarzającym się zbliżaniu do ofiary zarówno fizycznym, jak i wirtualnym. Cyberstalker jest osobą mającą poczucie, że jest kimś ważnym, kogo nie można ignorować. Zazwyczaj patologia ta dotyczy osoby znanej, sławnej, celebrytów, ale również byłych partnerów życiowych lub przypadkowe osoby. Odnotowano kilkadziesiąt takich przypadków. W Stanach Zjednoczonych każdego roku odnotowuje się ponad 1,4 mln ofiar *stalkingu*. W Polsce problem ten zgłasza co 8 osoba. *Stalking* jest też obecny w polskich szkołach. Jego przyczyną jest chora miłość, fascynacji drugą osobą.



Ryc. 3. Formy prześladowania ofiar przez stalkerów w życiu realnym i w wirtualnej rzeczywistości w Polsce (w Internecie i w telefonach komórkowych)

Źródło: STRASZEWSKI W., *Witaj kwiatuśku*, „Gazeta Wyborcza”, 22.08.2009; cyt. za: KOZAK S., *Patologie komunikowania w Internecie. Zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży*, Warszawa, wyd. Difin, 2011, s. 208.

Prześladowanie stalkera może przybierać formy tj.: wysyłanie dużej ilości SMS-ów, e-maili, częste telefonowanie, propozycje seksualnych spotkań, wspólnych wyjazdów, odwiedzanie w domu, miejscu pracy ofiary, groźby, przemoc fizyczna. Stalker zbiera informacje na temat ofiary, śledząc ją i kontaktując się z jej znajomymi. Zachowania te wzbudzają u ofiary strach, niepokój, poczucie zagrożenia.

Ryc. 4. *Stalking* jako zjawisko interdyscyplinarne

Źródło: KOZAK S., *Patologie komunikowania w Internecie. Zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży*, Warszawa, wyd. Difin, 2011, s. 208.

Innymi bardzo ważnymi zagrożeniami dla młodych ludzi są zniewagi, groźby, nękania i prześladowania ze strony osób, które, ukrywając się za ekranem komputera i czując się anonimowo, mówią rzeczy, których w realnym świecie nie odważyliby się nikomu powiedzieć. Znieważeniem jest mówienie przykrych, niekiedy wulgarnych słów wobec innych. Zdarza się, że niektóre osoby na tym nie poprzestają i posuwają się do dużo gorszych rzeczy jak np.: groźby śmiercią, przesyłanie wirusów. Mogą śledzić dziecko, a nawet podszywać się pod nie, przy użyciu odpowiedzi na e-maile, listy od kolegów i koleżanek. Czynności te mogą doprowadzić do poważnych kłopotów dziecka.

Kolejnym zagrożeniem są strony internetowe ukazujące przemoc i zawierające treści dotyczące nienawiści i nietolerancji. Młodzi ludzie niekiedy w większym stopniu zainteresowani są stronami z krwawymi scenami, ludźmi zabijającymi zwierzęta niż stronami pornograficznymi. „Kontakt z materiałami przedstawiającymi brutalne sceny przemocy deklaruje ponad połowa respondentów (52%)”<sup>14</sup> według badania przeprowadzonego wśród osób w wieku 12–17 lat przez Agencję Gemius i Fundację Dzieci Niczyje. Bardzo często młodzi ludzie traktują tego rodzaju sceny jako horror filmowy, a nie jako prawdziwe życie. Strony zawierające obrazy przemocy również próbują prowokować przemoc. Ponadto zachęcają do nienawiści czy nietolerancji wobec grup religijnych, mniejszości rasowych. Proponują udział w różnych stowarzyszeniach lub sektach.

W Internecie młodzi ludzie napotykają również strony z treściami zachęcającymi do kupowania różnego rodzaju używek, a nawet broni. Producenci w ten sposób promują swoje produkty, takie jak: alkohol, narkotyki, trucizny. Wielu z nich stwierdza, że strony przeznaczone są dla osób dorosłych. Jednak są one

<sup>14</sup> WOJTASIK Ł., *Kontakt dzieci z niebezpiecznymi treściami w Internecie*, Fundacja Dzieci Niczyje, [http://emilek.pl/artykuly/kontakt\\_dzieci\\_z\\_niebezpiecznymi\\_tresciami.pdf](http://emilek.pl/artykuly/kontakt_dzieci_z_niebezpiecznymi_tresciami.pdf) [26.10.2016].

łatwo dostępne dla nieletnich. Często pojawiające się witryny przedstawiają sposoby konstruowania bomb.

Ponadto dzieci i młodzież korzystający z Internetu łamią prawo poprzez ściąganie programów (pliki muzyczne, filmy) od nieznanymi osób. Przyczynia się to do łapania wirusów stworzonych w celu zainfekowania pliku, które po jego uruchomieniu mogą przenosić się na kolejne pliki, co powoduje uszkodzenie komputera. Należy zauważyć, że młodzież wymienia się między sobą płytami czy dyskietkami z zakażonymi programami. Poważnym zagrożeniem jest aplikacja konia trojańskiego, służąca hakerom do infiltracji systemu komputera. Dzięki temu haker może bez problemu włamać się do systemu i wykraść dowolne informacje (np. hasła do poczty elektronicznej, konta bankowego itd.). Zdarza się, że hakerami są dzieci, które, siedząc we własnym domu i czując się anonimowo, włamują się do cudzych systemów, czasem dla zabawy, sławy oraz korzyści materialnych lub chcąc wyrządzić komuś krzywdę. Postrzegani są jako bohaterowie zarówno wśród rówieśników, jak i osób dorosłych. Nie zdają sobie sprawy z faktu, że włamywanie się do komputera jest poważnym przestępstwem.

Dzieci i młodzież narażeni są na wiele niebezpieczeństw w Internecie. Tym bardziej że bardzo często z niego korzystają, spędzają w nim dużo czasu. Wówczas istnieje możliwość uzależnienia się od komputera i Internetu. Zagadnienie to zostanie omówione w kolejnym rozdziale.

Pamiętać należy zatem, że zarówno w życiu, jak i w przypadku Internetu nie ma możliwości pełnej ochrony młodego człowieka przed zagrożeniami. Niektórzy rodzice uważają, że rozwiązaniem byłoby ograniczenie lub pozbawienie dziecka dostępu do Internetu. Jednak to powoduje, że będzie się ono czuło gorzej wśród rówieśników. Istotne jest, że na zagrożenia narażeni są nie tylko młodzi ludzie, ale też dorośli. Rodzice mogą określić pewne zasady korzystania z sieci przez własne dziecko. Jednym z kroków podejmowanych przez dorosłych jest instalacja oprogramowania w komputerze, które blokuje dostęp do nieodpowiednich dla dzieci stron. Tego typu programy są pożyteczne, ale niestety nie uczą dzieci tego, co dobre a co nie w sieci. Ponadto chronią przed niewłaściwymi stronami wtedy, gdy są na bieżąco aktualizowane i uruchamiane. Jednak zdolny młody człowiek lub osoba z sieci mogą w łatwy sposób obejść ten program, jak każdy inny. Zatem najlepszą metodą byłoby wprowadzenie przez rodziców określonych zasad korzystania z Internetu i stworzenie regulaminu, który obowiązywałby zarówno dziecko, jak i rodziców, w domu i w szkole. Również w Internecie istnieją zasady, których muszą przestrzegać uczestnicy. Powstała tzw. netykieta – etykieta internetowa, określająca zachowania dozwolone w sieci.

Uwagę zwracają też coraz częściej organizowane w Polsce kampanie społeczne o ewentualnych zagrożeniach w sieci, np. „dziecko w sieci” ([www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl)). Od 1991 roku istnieje również Fundacja Dzieci Niczyje, której działalność opie-

ra się na ochronie dzieci przed krzywdzeniem, a także pomocy krzywdzonym dzieciom, ich rodzicom bądź opiekunom. Organizowane są szkolenia dotyczące krzywdzonego dziecka i prowadzone badania w zakresie tej problematyki.

Przed wszystkim należy nauczyć dziecko: że nie wszystko, co przeczytają czy zobaczą w Internecie, jest prawdą; aby nigdy nikomu nie podawało danych osobistych; że nie należy spotykać się z nowo poznanymi w sieci osobami. Należy wyjaśnić także, że nielegalne kopiowanie programów i muzyki jest kradzieżą.

Wiadome jest, że pomimo przestrzegania zasad, dziecko może mieć styczność z nieprzewidywanymi sytuacjami. Warto dać do zrozumienia dziecku, że zawsze może polegać na rodzicach, zwrócić się o pomoc czy radę, mieć poczucie bezpieczeństwa ze strony bliskich.

### **Netoholizm wśród dzieci i młodzieży**

We współczesnym świecie każde dziecko ma dostęp do komputera: w domu, szkole czy kafejce internetowej. Komputery stały się niezbędne w wielu dziedzinach życia, usprawniły pracę milionów ludzi. Nie ma możliwości braku styczności z komputerem. Wynalazek ten stanowi źródło informacji, spełnia funkcje rozrywkowe i jest sposobem spędzania wolnego czasu. Młodzi ludzie spędzają przed monitorem komputera coraz więcej czasu. Korzystają z niego z różnych względów, m.in.: dla przyjemności, w celach edukacyjnych, z nudów, w celu ucieczki od rzeczywistości, poprawy nastroju i innych. W wyniku tego zaniedbują swoje obowiązki domowe i szkolne, a także kontakty ze znajomymi i rodziną w realnym świecie. W sytuacji, kiedy dostęp do komputera jest utrudniony bądź niemożliwy, są rozdrażnieni, reagują agresją. Wówczas można mówić o początkującym uzależnieniu od komputera. Problem ten pojawił się już w latach dziewięćdziesiątych XX wieku, a w ostatnich latach uległ intensyfikacji.

Uzależnienie od komputera ściśle wiąże się z uzależnieniem od Internetu czy od programowania i było udokumentowane naukowo jako nowe schorzenie (jednostka chorobowa). „Uzależnienie jest to nabyta silna potrzeba wykonywania jakiejś czynności lub zażywanie jakiejś substancji. Pojawia się jako efekt zastępczego zaspokojenia innej ważnej dla człowieka potrzeby (zaspokojenie zamiast). Uzależnienie jest przymusem powtarzania zachowań przynoszących odprężenie, poczucie spokoju i zadowolenia”<sup>15</sup>. Uzależnienie od Internetu nazywane jest netoholizmem, siecioholizmem, siecioletnością, cybernaologiem, infoholizmem (uzależnieniem od informacji) bądź Zespołem Uzależnienia od Internetu (ZUI)

---

<sup>15</sup> SEWERYN J., *Uzależnienie od nowych mediów wśród młodzieży w wybranych czasopiśmiech pedagogicznych*, wydanie I, 2008, [www.e-bookowo.pl](http://www.e-bookowo.pl), s. 7, [http://images.nexto.pl/upload/publisher/All%20Free%20Media/public/uzaleznienie\\_od\\_nowych\\_mediow\\_demo.pdf](http://images.nexto.pl/upload/publisher/All%20Free%20Media/public/uzaleznienie_od_nowych_mediow_demo.pdf) [26.10.2016].

– *Internet Addiction Syndrome* (IAS). Internet jest miejscem pozyskiwania informacji, przesyłania wiadomości, dokonywania zakupów bez wychodzenia z domu, uczestniczenia w kursach, szkoleniach, prowadzenia rozmów. Pierwsi w Polsce netoholicy pojawili się w 1993 roku.

O zagrożeniu uzależnieniem od Internetu wśród osób można mówić wtedy, kiedy na korzystanie z sieci (wykluczając czas na naukę, pracę) przeznaczają od 31 do 50 godzin tygodniowo (ok. 4,5 godziny dziennie). Natomiast uzależnienie występuje u osób, które w Internecie spędzają ponad 7 godzin dziennie, czyli więcej niż 50 godzin tygodniowo. Głównymi przyczynami uzależnienia od komputera i Internetu są m.in.: ucieczka od problemów, życia codziennego, odreagowanie stresu, brak zainteresowania ze strony rodziny i znajomych.

U osób uzależnionych można dostrzec następujące objawy:

- potrzeba bycia w Internecie, a zarazem brak kontaktu z rzeczywistością;
- problemy z samokontrolą;
- kłamanie dotyczące ilości czasu spędzanego w sieci;
- agresja, rozdrażnienie z powodu niemożności połączenia z siecią;
- drżenie rąk;
- konflikty rodzinne w związku z nadmiernym używaniem Internetu;
- problemy z koncentracją;
- omamy;
- kłopoty z łaknieniem
- utrata innych zainteresowań.

W przypadku stwierdzenia równoczesnego wystąpienia minimum trzech z wyżej wymienionych objawów można mówić o uzależnieniu od Internetu.

Do uzależnienia najczęściej dochodzi wśród osób nieśmiałych, zamkniętych w sobie, mających kompleksy, samotnych, przeżywających porażki i szukających wsparcia. W Internecie czują się bezpiecznie. Tam bowiem nie liczy się wiek, płeć czy wygląd zewnętrzny. Nie jest konieczne posiadanie umiejętności nawiązywania bezpośrednich kontaktów. Wszyscy są sobie równi. W sieci jest mniejsze prawdopodobieństwo bądź jego brak przeżywania odrzucenia niż w realnym życiu. Nie zawsze komputer, ale właśnie Internet jest źródłem uzależnienia.

Według psycholog z University of Pittsburgh w Brandford – dr Kimberly Young, będącej jedną z największych badaczy uzależnienia od Internetu, należy wyróżnić następujące typy tegoż zaburzenia:

- erotomania internetowa (*cyberseksual addiction*)

Rozumiana jako oglądanie filmów i zdjęć o charakterze erotycznym i pornograficznym oraz rozmowy na forach, czatach o tematyce seksualnej. Jest to

nałogowe korzystanie ze stron internetowych dotyczących pornografii i seksu. Wówczas rodzą się dewiacje seksualne, tj.: pedofilia, ekshibicjonizm, zoofilia. Zjawisko to jest bardzo groźne przede wszystkim dla osób nieletnich.

- socjomania internetowa (*cyber-relationship addiction*)  
Stanowi uzależnienie od kontaktów społecznych zawieranych za pośrednictwem Internetu poprzez korzystanie z poczty elektronicznej, komunikatorów, portali społecznościowych. Osoba uzależniona nawiązuje kontakty z innymi osobami tylko w sieci, gdzie godzinami potrafi rozmawiać z ludźmi. Natomiast poza siecią ma trudności z nawiązywaniem bezpośrednich relacji.
- uzależnienie od sieci (*net compulsions*)  
Polega na ciągłym korzystaniu z Internetu.
- uzależnienie od komputera (*computer addiction*)  
Polega na stałym spędzaniu czasu przy komputerze. Osoba chora najwięcej czasu poświęca grom komputerowym.
- przeciążenie informacyjne (*information overload*)  
Polega na nałogowym przeglądaniu stron internetowych o charakterze informacyjnym, baz danych.

Tab. 1. Sfery uzależnień

Sfera zielona	Sfera pomarańczowa	Sfera czerwona
W niej korzystanie z Internetu jest umiarkowane i nie ma symptomów uzależnienia	Osoby korzystające z Internetu dostrzegają symptomy zagrożenia, nabierają dystansu i racjonalnego sposobu korzystania z Internetu	Jest ona równoznaczna z uzależnieniem, z tej sfery nie ma powrotu, konieczna jest profilaktyka, a nawet terapia

Źródło: BIAŁA J., *Zagrożenia w wychowaniu dziecka we współczesnej rodzinie polskiej*, Kielce, wyd. Akademii Świętokrzyskiej, 2006; cyt. za: FORMA P., *Znaczenie Internetu dla rozwoju dzieci i młodzieży*, Świętokrzyskie Centrum Edukacji na Odległość, „Zeszyty Naukowe”, 2006, nr 2, [http://www.scono.edu.pl/konferencja/2\\_6.pdf](http://www.scono.edu.pl/konferencja/2_6.pdf) [26.10.2016].

Do głównych skutków i zagrożeń wynikających z uzależnienia od Internetu zalicza się: zatarcie granicy między światem realnym a wirtualnym, zmiany osobowości, kłamstwa, stany lękowe, wady wzroku i postawy, ból nadgarstków, utrata rodziny i znajomych, konflikty z partnerem, fantazjowanie, nieracjonalne odżywianie, spadek wydolności intelektualnej, ograniczenie lub zanik innych form aktywności, zaburzenia snu, depresja, łatwy dostęp do nieodpowiednich treści, anonimowość, przestępczość internetowa.



Osoba uzależniona robi wszystko, żeby mieć kontakt z siecią, z komputerem, nieważne, czy pisze pracę, przegląda strony internetowe czy gra w gry. Ważne, że komputer jest włączony, a dostęp do Internetu jest aktywny. Osoba uzależniona coraz więcej czasu chce spędzać w sieci, do momentu, gdy całkowicie utraci kontakt z realnym światem. Czasami zdarza się, że osoba ta ma świadomość, aby ograniczyć korzystanie z Internetu, ale brakuje jej silnej woli. Pozyskanie informacji, obejrzenie polecanej strony jest silniejsze. Bywa, że ma poczucie winy, że doprowadziła się do tego stanu. Jednak gdy postępowanie takie przekształca się w chorobę, ciężko jej rozpocząć leczenie. Nie dopuszcza niestety do siebie myśli o chorobie. Otoczenie zamiast pomóc osobie z zaburzeniem, piętnuje ją i pozostawia samą sobie.

### **Terapia uzależnień od Internetu wśród dzieci i młodzieży**

Obecnie uzależnienie od Internetu jest coraz częściej występującym zjawiskiem. Wynika to z faktu, że komputer i Internet są nieodłącznymi elementami w życiu ludzi. Korzysta się z nich w domu, szkole, pracy. Pomagają w edukacji i rozwoju młodych ludzi. Ułatwiają zdobywanie wiedzy i kształtowanie pewnych umiejętności, m.in.: refleks, koncentracja, logiczne myślenie. Dzięki połączeniu z siecią można kontaktować się ze znajomymi, rodziną poprzez e-mail, czaty, *Gadu-Gadu*. Możliwe jest dokonanie przelewu bankowego czy zakupów bez wychodzenia z domu. Jednak mimo zalet Internetu istnieją też aspekty negatywne, tj.: zagrożenia i niebezpieczeństwa czyhające głównie na dzieci i młodzież. Młodzi ludzie, ale również osoby dorosłe, tak naprawdę nie uzależniają się od Internetu, ale od czynności w nim wykonywanych. Niektórzy spędzają w sieci ponad 7 godzin dziennie, bo na tym polega ich praca. Zatem wtedy nie można mówić o uzależnieniu. Następuje ono wówczas, gdy dana osoba traci kontrolę nad czasem i sposobem użytkowania Internetu.

W przypadku uzależnienia wśród dzieci i młodzieży, jego objawy jako pierwssi zauważają rodzice, którzy na początku starają się sami poradzić sobie z tym problemem. Stosują dwie metody terapii rodzicielskiej. Pierwsza polega na odłączeniu Internetu / komputera bądź wyniesienie go z domu, a nawet sprzedaniu. Odbywa się to zazwyczaj w trakcie domowej awantury, kłótni. Dziecko odcięte zostaje od źródła przyjemności. Jest pozostawione samo sobie. Nie potrafi zrozumieć decyzji rodziców, jest złe. Pamiętać należy, że, tak jak w przypadku innych uzależnień, efektem gwałtownego odstawienia źródła uzależnienia mogą być bóle głowy, lęk, zaburzenia koncentracji, drażliwość, frustracja. Druga z metod natomiast wydaje się skuteczniejsza i wymaga negocjacji pomiędzy rodzicem a dzieckiem. Najprostszym rozwiązaniem jest stworzenie regulaminu z zasadami korzystania z Internetu, np. po odrobieniu zadania domowego. Rodzice powinni przez

pewien czas kontrolować czynności dziecka w sieci. Wiadome jest, że są sytuacje, kiedy młody człowiek jest sam w domu. I mając do wyboru dostęp do Internetu a gry, wybierze to drugie, ponieważ jeszcze nie ma wykształconej umiejętności samodzielnej kontroli.

Przed wszystkim zadaniem rodziców bądź opiekunów jest sprawowanie kontroli nad dostępem dziecka do komputera. Należy poinformować dziecko, że najpierw są obowiązki, a potem komputer. Trzeba również dać do zrozumienia dziecku, że będzie mogło używać gier komputerowych dostosowanych tylko do jego wieku. Ponadto określić dzienny limit czasu posługiwania się komputerem – od jednej do trzech godzin w zależności od wieku, wyników w nauce, wykonaniu obowiązków domowych, rodzaju wykonywanych czynności. Ważne, aby wykonywać przerwy w korzystaniu z sieci co około 30 minut. Należy też pokazać dziecku, że można atrakcyjnie spędzać czas bez użycia komputera. Wszystko zależy od relacji rodzica z dzieckiem, od organizowania czasu w formie wspólnych wycieczek, wyjść na basen, do kina, zabaw.

Uzależnienie od Internetu nie rozwinie się u dziecka, jeśli dorośli tak zaplanują dziecku czas, aby jak najrzadziej uciekało w wirtualny świat. Kiedy objawy zostaną zauważone, a ich czas trwania będzie krótki, można je łatwo zneutralizować. Natomiast jeżeli dojdzie już do sytuacji patologicznej, konieczna jest terapia specjalistyczna u psychologa lub pedagoga.

Program leczenia uzależnienia od Internetu przebiega podobnie jak w przypadku uzależnienia od alkoholu czy hazardu. Zazwyczaj stosowane są terapie grupowe, ale bywają też indywidualne. Leczenie rozpoczyna się po wyrażeniu zgody przez pacjenta. Bez obustronnej współpracy terapia nie ma sensu. Terapia w specjalistycznym ośrodku trwa od 6 do 12 miesięcy. Prowadzona powinna być przez psychologa, psychoterapeutę lub psychiatrę. Pomocne w stosowaniu terapii jest określenie szczegółowego planu dnia z uwzględnieniem czasu przeznaczanego na korzystanie z komputera i wykonywanie innych czynności, np. czas na wypoczynek. Celem terapii jest m.in.:

- uświadomienie młodym ludziom, ile czasu spędzają w Internecie i z czego rezygnują na jego korzyść;
- ukazanie wewnętrznych motywów częstego nawiązywania kontaktów poprzez sieć internetową;
- wskazanie problemu wyboru kontaktu z nieznajomymi w Internecie zamiast z rówieśnikami w realnym życiu;
- przedstawienie skutków zdrowotnych wynikających z częstego i długiego przesiadywania przed komputerem;
- ukazanie niebezpieczeństw i zagrożeń pojawiających się w Internecie wobec dzieci i młodzieży.

Jeszcze 10 lat temu jedynym w Polsce ośrodkiem zajmującym się uzależnieniami od maszyn było Warszawskie Centrum Odwykowe SPZOZ istniejące od 1991 roku do dnia dzisiejszego na Pradze Południe, pomagające zarówno osobom uzależnionym, jak i ich bliskim.

Obecnie w Polsce funkcjonują poradnie zajmujące się terapią uzależnień od Internetu, np.: Ośrodek Terapii Uzależnień Stare Juchy, „Polana” Prywatny Ośrodek Terapii Uzależnień i Pomocy Psychologicznej w Warszawie, Podbeskidzkie Centrum Psychoterapii „Od-Nowa” w Bielsko-Białej, Miejski Ośrodek Profilaktyki Zdrowotnej w Łodzi i inne. Jednak nie wszystkie ośrodki odwykowe są przystosowane do leczenia tego typu pacjentów, przez co terapia ulega wydłużeniu.

Internet zawsze będzie stanowić atrakcję dla dzieci i młodzieży. Jest rodzajem technologii niezbędnym w życiu młodych ludzi. Należy pamiętać, aby korzystać z niego w rozsądny i umiejętny sposób. Bowiem nie można zupełnie odizolować dziecka od komputera, ale można wprowadzić zasady, które winny być przez nie przestrzegane.

### **Nauczyciele i rodzice wobec Internetu**

Współczesna szkoła jest skomputeryzowana, z dostępem do Internetu, szeroko stosująca media w procesie kształcenia. Nikt dokładnie nie wie, ile komputerów znajduje się w polskich szkołach, szacuje się, że jest ich ok. 7 tys. (pracowni komputerowych). W większości kupiono je z rządowego programu „Inter@klasa” – 5,8 tys. Innym źródłem jest MEN – realizowano rozmaite programy, głównie do 1998 roku. Pewną liczbę komputerów do szkół zakupiły gminy i prywatni sponsorzy. Szacuje się, że w Polsce jeden komputer przypada na 54 uczniów, w USA na sześciu. Gorzej przedstawia się sprawa z kwalifikacjami informatycznymi nauczycieli. Raport *Gazety Wyborczej* podaje, że w Polsce co dziesiąty nauczyciel potrafi obsługiwać komputer, w krajach zachodnich takich nauczycieli jest ponad 90%. Zgodnie z zaleceniem MEN na wszystkich studiach finansowanych w ramach grantów wprowadzony został przedmiot *technologia informacyjna*. Mimo to dynamiczny rozwój technologii informacyjnych bywa często postrzegany przez sporą jeszcze grupę nauczycieli jako źródło zagrożeń dla nich samych bądź całego systemu kształcenia. Formułowane zarzuty przybierają postać takich argumentów, jak np.:

- sprzęt komputerowy jest drogi i najczęściej nie w pełni wykorzystywany,
- używanie sprzętu komputerowego w szkole bardzo często dezorganizuje lekcje,
- nauczycielom brakuje czasu i możliwości do indywidualnego uzupełniania wiedzy w zakresie metod i technik komputerowych,

- nie ma podręczników i programów nauczania uwzględniających nowoczesne środki dydaktyczne,
- trudno dotrzeć w Internecie do konkretnych, wartościowych programów edukacyjnych wśród ogromu rozproszonych, nierecenzowanych merytorycznie i moralnie informacji,
- nieograniczone źródło informacji, jakim jest Internet, stanowi zagrożenie dla nauczycieli i ich autorytetu w szkole,
- używanie komputerów stanowi zagrożenie zarówno dla zdrowia fizycznego, jak i psychicznego,
- pod maską anonimowości komunikacja elektroniczna wyzwala skrywane, często negatywne instynkty i wyobrażenia,
- zalew ikon, piktogramów i obrazków ogranicza wyobraźnię.

Wbrew powszechnej i pełnej obaw opinii komputery nie zagrażają nauczycielom. Stawiają tylko przed nimi bardziej odpowiedzialne zadanie przygotowania młodych ludzi do życia w informacyjnej dżungli pełnej zasadzek w postaci szkodliwych, nieprawdziwych i złudnych informacji znajdujących się w Internecie. Wydaje się, że najbliższa przyszłość stawia przed nauczycielami dwa najważniejsze, równorzędne zadania:

- nauczyć młodych ludzi wartościowania docierających zewsząd informacji, odróżniania tych wartościowych, prawdziwych i rzetelnych od bałamutnych i szkodliwych;
- przygotować młodzież do życia w infospołeczeństwie, by potrafili, korzystając z narzędzi komputerowych, dotrzeć szybko do niezbędnej informacji, przechować ją i przetworzyć w odpowiedni sposób, by następnie efektywnie wykorzystać.

Wypada zauważyć, że dopiero połączenie wyników realizacji obu zadań przynosi oczekiwane efekty, zostawiając sformułowane zagrożenia w sferze teoretycznych możliwości. Rolę technologii informacyjnej w procesie kształcenia nauczycieli należy traktować jako element wiedzy (stanowi wówczas przedmiot nauczania), a z drugiej strony jako wspomaganie nauczania różnorodnych dyscyplin. Zajęcia z informatyki oraz mediów w edukacji powinny służyć przyszłym nauczycielom z możliwościami zastosowania technologii informacyjnej w kształceniu na różnych poziomach i w różnych sytuacjach dydaktycznych oraz umożliwić im nabycie umiejętności sprawnego z niej korzystania<sup>16</sup>.

Niewątpliwie nowe medium w nauczaniu zorganizowanym wywołuje zawsze jakiś perturbacje w procesie edukacji, zarówno w samym programie, zadaniach,

---

<sup>16</sup> JUSZCZYK S. (red.), *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2002, s. 179, 185, 188–189, 193–194.

jak i sposobie pracy nauczyciela. Dlatego nie sposób pominąć problemu standardów, jakie stawiane są nauczycielom przed przystąpieniem do moderowania zajęć w sieci. Wyzwaniem dla pedagoga jest całkowita zmiana stylu pracy narzucona przez wymogi i styl pracy w sieci. Nauczyciel prowadzący zajęcia przestaje być postacią centralną procesu kształcenia. Staje się on konsultantem, animatorem tego procesu. Uczniowie są skupieni na zdobywaniu informacji, przesyłaniu jej, obróbce itd. Nauczyciel nadzoruje ten proces bez zbyt drastycznej ingerencji, raczej ukierunkowuje i rozstrzyga spory o charakterze naukowym. Jego zadaniem jest mobilizowanie do pracy, zachęcanie do wnikliwej analizy poznawanych zjawisk. Można by zarzucić, że forma zajęć jest bardzo luźna, lecz zmusza ona do gruntownego przygotowania się do zajęć osoby prowadzącej. Zawierać się ono musi we wnikliwym przygotowaniu scenariuszy, ale przede wszystkim wymaga od samego tutora znajomości zasobów sieci, ciągłego ich śledzenia, dbania o najatrakcyjniejszy i dobry merytorycznie materiał dydaktyczny. Ponadto ważne jest bardzo dobre przygotowanie metodologiczne, umiejętność radzenia sobie z grupą, stwarzania twórczej atmosfery, elastycznego podejścia do sposobów rozwiązywania zadań, wnikliwego traktowania uwag i propozycji zgłaszanych przez uczących się. Koniecznością staje się też znajomość języków obcych, sprzętu komputerowego, szeroko pojętej kultury medialnej, zagadnień ze świata nowych technologii, telekomunikacji itd. Nauczyciel powinien ponadto sam wykonywać lub przygotowywać materiały dydaktyczne. Winien posiadać znajomość oprogramowania zarówno wspomagającego nauczanie konkretnych przedmiotów, jak i oprogramowania ułatwiającego sam proces kontroli. Nauczyciel pracujący w tym systemie będzie musiał koncentrować się na przygotowaniu testów, sprawdzaniu ich, na opracowaniu ankiet i egzaminowaniu. Coraz częściej nauczyciel stanie przed problemem, jak nauczać w warunkach znacznie zróżnicowanej wiedzy uczniów w zakresie technologii informacyjnej, jakie stosować kryteria wymagań w stosunku do nich. Problem ten będzie miał tendencje wzrostowe, ponieważ zróżnicowanie występuje pomiędzy szkołami, jak również w samej szkole będzie nastęrczać wielu problemów w procesie kształcenia. Warsztat pracy współczesnego nauczyciela to dobrze wyposażona biblioteka programów multimedialnych, odpowiedni sprzęt komputerowy, pomoce naukowe ułatwiające sam proces kształcenia, jak i ubarwiające go<sup>17</sup>. Chociaż rozwój techniki i nasza informacyjna rzeczywistość wymusza na nauczycielach umiejętność wykorzystania metod i technik informacyjno-komunikacyjnych, to trzeba sobie zdawać sprawę z tego, że komputer i Internet nigdy nie zastąpią nauczyciela, nie są gwarancją jego pedagogicznych osiągnięć. Mogą pomóc dobremu nauczycielowi uatrakcyjnić działania dydaktyczne, zwiększyć efekty jego pracy, ale nie zastąpią braku kompetencji i pedagogicznego zaangażowania.

---

<sup>17</sup> SIEMIENIECKI B., LEWANDOWSKI W., *Internet w szkole*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2001, s. 124–125.

Możliwość kontaktu z Internetem w domu ułatwia rodzicom ewentualną pomoc dzieciom w wyszukiwaniu potrzebnych informacji. Pomoc ta nie jest jednak uzależniona tylko od posiadania łącza. Wśród jego posiadaczy ponad 26 badanych rodziców nie potrafi tej pomocy udzielić. Z kolei wśród rodzin niemających w domu Internetu 17,5% rodziców deklaruje możliwość udzielenia pomocy dzieciom w tym zakresie. Zagrożenia, jakie niesie ze sobą możliwość kontaktów dzieci przez Internet, są powszechnie znane. Przeciwdziałanie tym zagrożeniom jest trudne i spoczywa zwłaszcza na szkole i rodzicach. Rozwiązań problemów dotyczących ochrony młodego pokolenia przed treściami niepożądanymi, mającymi swe źródło na stronach internetowych, poszukuje się najczęściej w dwu obszarach: pedagogicznym i prawnym. Ankietowani rodzice uważają, że należy chronić swoje dzieci przed treściami dla nich szkodliwymi, stosując odpowiednie metody wychowawcze, zwłaszcza poprzez szczere rozmowy i tłumaczenie szkodliwości tych treści. Za takim rozwiązaniem opowiedziało się ponad 42% badanych. Ochrony swych dzieci przed tymi treściami, stosując ścisłą kontrolę ich poczynań, pragnie 10% indagowanych rodziców. Umowę z dziećmi, że każdorazowe wejście do Internetu będzie z nimi uzgadniane, zawarło 4% rodziców. Ta sama ilość badanych widzi możliwość ochrony swych dzieci poprzez całkowity brak podłączenia do Internetu. Tylko 3% rodziców używa programu *Cyber Patrol*, tyle samo blokuje dzieciom dostęp do komputera w przypadku nieobecności rodziców w domu. Działań w zakresie ochrony swych dzieci przed treściami szkodliwymi nie zamierza podejmować 7% ankietowanych, a 2% w ogóle nie widzi możliwości takiej ochrony. Jak skutecznie chronić dzieci przed omawianymi problemami, nie wie ponad 26% rodziców, a 3% badanych nie udzieliło odpowiedzi na to pytanie. Wprowadzenia prawnego zakazu rozpowszechniania w Internecie treści uznanych za szkodliwe oczekuje blisko 40% ankietowanych rodziców, zdając sobie jednocześnie sprawę z trudności realizacji tego zakazu w praktyce, wynikającego chociażby z globalnego zasięgu Internetu. Co w jednych krajach uważane jest ze względów ideologicznych lub religijnych za szkodliwe, w innych może uchodzić za dopuszczalne. Nie ma np. powszechnie przyjętej definicji pornografii, a przez to trudno odróżnić ją od erotyki. Ponadto skuteczność policji w zwalczaniu tego typu przestępstw jest znikoma. Ponad 9% badanych opowiada się stanowczo przeciw stosowaniu prawa względem kontroli zamieszczania i przepływu informacji w Internecie. Prawo takie, ich zdaniem, jest formą cenzury, a ta z kolei stanowi naruszenie wolności i praw człowieka do poznawania różnych spraw i poglądów oraz wyrażania swoich opinii. Ponadto zakazy nie powodują zaniku naturalnej potrzeby poszukiwania informacji, lecz jeszcze bardziej wzbudzają zainteresowanie treściami objętymi tymi zakazami i chęć, aby je łamać. O potrzebie wprowadzenia prawnego zakazu zamieszczania treści szkodliwych nie miało własnego zdania lub nie udzieliło odpowiedzi ponad 11% badanych. Pozostali

ankietowani wskazywali na znaczną skuteczność wychowania w domu i szkole nad prawnymi zakazami<sup>18</sup>.

Bez względu na to, czy Internet zostanie objęty pewnymi normami prawnymi względem zamieszczanych informacji, czy też nie zostaną postawione takie blokady, nauczyciele i rodzice powinni pamiętać o zagrożeniach, jakie stwarza sieć. Należy podjąć współpracę pomiędzy rodzicami a szkołą i nauczycielami, aby dzieci od pierwszego swojego spotkania z Internetem były świadome, jakie zagrożenia oraz pozytywne cechy niesie ze sobą to właśnie medium.

### Zakończenie

W niniejszym tekście ukazano destrukcyjny wpływ Internetu i komputera na dzieci i młodzież. Internet i komputer odgrywają bardzo ważną rolę w życiu przede wszystkim młodych ludzi. Prawie w każdym domu znajduje się minimum jeden komputer. Zdarza się, że każdy członek rodziny dysponuje własnym laptopem. Możliwość dostępu do Internetu jest zatem w domach, szkołach, kafejkach internetowych, w pracy, u znajomych.

Internet stanowi m.in. źródło nauki. Można znaleźć wyjaśnienia pojęć, opisy ważnych wydarzeń, e-booki, streszczenia lektur, prezentacje, gotowe prace. Można także uczestniczyć w kursach (np. językowych), szkoleniach czy wykładach. Internet to również forma rozrywki. Dostępne są różnego rodzaju gry, począwszy od edukacyjnych, skończywszy na wyścigowych. Jest kilkadziesiąt stron internetowych proponujących gry np. scrabble, pasjanse, gry w kulki, bilard, labirynty, wyścigi samochodowe itd. Za pośrednictwem Internetu zawierane są znajomości. Młodzi ludzie korzystają z komunikatorów, forów dyskusyjnych, portali społecznościowych. Ponadto można dokonać zakupów produktów spożywczych, kosmetycznych, chemicznych, AGD i RTV, książek, płyt muzycznych itp. Istnieje możliwość zapłaty w formie przelewu dzięki bankowości elektronicznej.

Zatem Internet jest łatwo dostępnym, przyjemniającym czas i dającym wiele możliwości narzędziem. Dlatego też wzbudza on zainteresowanie młodych ludzi, którzy wolą spędzać wolny czas w sieci, niż wykonywać czynności domowe, wyjść na świeże powietrze, pograć w piłkę czy też udać się do kina, teatru, na basen.

Mimo zalet Internet stwarza niestety ogromne zagrożenia i niebezpieczeństwa dla dzieci i młodzieży – od nieodpowiednich stron internetowych, przez kontakty z nieznanymi, spotkania z obcymi osobami w realnym świecie, do łamania prawa, przemocy, gwałtów.

---

<sup>18</sup> JUSZCZYK S. (red.), op. cit., s. 238–240.

Młodzi ludzie we współczesnym świecie bardzo często korzystają z dostępu do sieci. Coraz więcej czasu poświęcają na przesiadywanie w Internecie, który stanowi dla nich źródło zaspokajania potrzeb, takich jak: nauka, rozrywka, kontakty ze znajomymi. Zdarza się, że nie można odciągnąć ich od monitora komputera nawet na posiłek czy inne podstawowe czynności. Potrafią godzinami serfować w Internecie, zamiast ten czas wykorzystać np. na spacer, gry na świeżym powietrzu, wyjścia do kina, na basen. Po potrzebne lektury i inne książki nie udają się do biblioteki, ale właśnie ściągają z sieci.

Nie zdają sobie sprawy, że przeglądając nieodpowiednie strony internetowe, zawierając znajomości z nieznanymi osobami czy ściągając pliki, narażeni są na wiele niebezpieczeństw. Nie są uświadamiani o zagrożeniach wynikających z korzystania z komputera czy Internetu. Największe bowiem niebezpieczeństwo stanowią ludzie, a nie przedstawiane informacje.

Obecnie rodzice nie poświęcają dzieciom zbyt wiele uwagi, głównie z braku czasu. Tak bardzo skupiają się na pracy i zarabianiu pieniędzy, że nie wiedzą, co robią ich dzieci i jak spędzają wolny czas. Powinni bardziej zainteresować się własnym dzieckiem, jego problemami, potrzebami, pasjami. Wystarczyłyby codzienne rozmowy o szkole, życiu lub weekendowe wypadki za miasto, do kina, na basen. Dziecko czułoby się potrzebne, dowartościowane, rozumiane. Nie musiałoby wówczas szukać wsparcia za pośrednictwem Internetu.

Niewątpliwie istotne jest coraz bardziej powszechne i dostrzegane zjawisko netoholizmu – uzależnienia od Internetu, które dotyka zarówno dzieci, młodzież, jak i dorosłych. Ponadto na tego typu uzależnienie podatne są przede wszystkim osoby nieśmiałe, o niskim poczuciu własnej wartości, nieradzące sobie z problemami i życiem codziennym, szukające wsparcia i zainteresowania swoją osobą czy nieumiejące zawierać nowych znajomości. W Polsce istnieją ośrodki zajmujące się leczeniem tegoż zaburzenia, jednak nie do końca wyposażone są w odpowiedni do tego sprzęt.

W związku z tym ważne jest, aby uświadomić młodych ludzi o zdrowotnych, fizycznych, emocjonalnych i psychicznych skutkach częstego przebywania przed komputerem i w sieci oraz o zagrożeniach wynikających z korzystania i wykonywania czynności w Internecie. Jest to główne zadanie zarówno rodziców, jak i nauczycieli w szkołach. Najprostszym rozwiązaniem jest ustalenie wspólnych zasad korzystania z Internetu, mających postać kontraktu.

Oczywiście wiadome jest, że nie ma możliwości pozbawienia dostępu młodych ludzi do komputera czy Internetu we współczesnym świecie. Nie jest dobrym rozwiązaniem zakazanie korzystania z sieci. Jednak można nauczyć młodzież rozsądnego i bezpiecznego serfowania w Internecie.



## **BIBLIOGRAFIA**

### **MONOGRAFIE**

- AFTAB P., *Internet a dzieci. Uzależnienia i inne niebezpieczeństwa. Poradnik dla rodziców i nauczycieli*, Warszawa, wyd. Prószyński i S-ka, 2003.
- AUGUSTYNEK A., *Uzależnienie komputerowe. Diagnostyka, rozpowszechnienie, terapia*, Warszawa, wyd. Difin, 2010.
- GAJDA J., JUSZCZYK S., SIEMIENIECKI B., WENTA K. (red.), *Edukacja medialna*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2002.
- JABŁOŃSKI W., WACŁAWIAK J., WSZELAK S., *Komputer i Internet w pracy nauczyciela*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2003.
- JUSZCZYK S. (red.), *Edukacja medialna w społeczeństwie informacyjnym*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2001.
- KOZAK S., *Patologie komunikowania w Internecie. Zagrożenia i skutki dla dzieci i młodzieży*, Warszawa, wyd. Difin, 2011.
- PIKOŃ K., *ABC Internetu*, Gliwice, Wydawnictwo Helion, 2003.
- SIEMIENIECKI B., LEWANDOWSKI W., *Internet w szkole*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2001.
- SŁYSZ A., ARCIMOWICZ B., *Przyjaciele w Internecie*, Gdańsk, wyd. GWP, 2009.
- SOKÓŁ M., *Internet. Przewodnik*, Gliwice, Wydawnictwo Helion, 2004.
- TREJDEROWSKI T., *Po prostu Internet*, Gliwice, Wydawnictwo Helion, 2004.

### **ARTYKUŁY**

- DUDEK K., *Mały Poradnik Internetoholika*, Akademia Wiedzy Praktycznej, Wydawnictwo Publikacji Elektronicznych 2003–2006, <http://www.darmowe-ebooki.com/czytelnia2/maly-poradnik-internetoholika.pdf> [26.10.2016].
- FORMA P., *Znaczenie Internetu dla rozwoju dzieci i młodzieży*, Świętokrzyskie Centrum Edukacji na Odległość, „Zeszyty Naukowe”, 2006, nr 2, [http://www.sceno.edu.pl/konferencja/2\\_6.pdf](http://www.sceno.edu.pl/konferencja/2_6.pdf) [26.10.2016].
- GAMZYK P., *Taki teraz trend*, „Computerworld Polska”, 2000, nr 28.
- JAKUBIK A., *Zespół uzależnienia od Internetu (ZUI) – Internet Addiction Syndrome (IAS)*, <http://www.sieciholizm.eu/> [26.10.2016].
- KIRWIL L., *Internet w życiu dzieci i młodzieży w Polsce. Raport z badań*, [http://www.edukacjamedialna.pl/e107\\_plugins/content/content.php?content.148](http://www.edukacjamedialna.pl/e107_plugins/content/content.php?content.148) [26.10.2016].
- KIRWIL L., *Wzorce korzystania z Internetu przez dzieci w wieku 13–15 lat – badania*, <http://www.brpd.gov.pl/detail.php?recid=55> [26.10.2016].
- KLIŚ K., *Metody i sposoby radzenia sobie z uzależnieniem od komputera i Internetu*, [http://www.kwiatki.edu.pl/\\_stale/Publikacje/REFERATY/Internet.doc](http://www.kwiatki.edu.pl/_stale/Publikacje/REFERATY/Internet.doc) [26.10.2016].
- KRAUSE G., *Uzależnienie od komputera u dzieci i formy leczenia*, <http://www.uczdziecko.pl/starszy-uczen/artykuly/artykul/zobacz/uzaleznienie-od-komputera-i-formy-leczenia.html> [26.10.2016].

- SEWERYN J., *Uzależnienie od nowych mediów wśród młodzieży w wybranych czasopi-  
smach pedagogicznych*, wydanie I, 2008, [www.e-bookowo.pl](http://www.e-bookowo.pl), [http://images.nexto.pl/  
upload/publisher/All%20Free%20Media/public/uzaleznienie\\_od\\_nowych\\_mediow\\_  
demo.pdf](http://images.nexto.pl/upload/publisher/All%20Free%20Media/public/uzaleznienie_od_nowych_mediow_demo.pdf) [26.10.2016].
- SIKORSKI D., *Uzależnienie od Internetu*, <http://www.katolik.pl/uzaleznienie-od-internetu,1120,416,news.html> [26.10.2016].
- WENZEL M., *Młodzież i Internet: korzystanie i zagrożenia. Komunikat z badań*, Warszawa, CBOS, październik 2004, [http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2004/K\\_157\\_04.  
PDF](http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2004/K_157_04.PDF) [26.10.2016].
- WOJTASIK Ł., *Kontakt dzieci z niebezpiecznymi treściami w Internecie*, Fundacja Dzieci Niczyje, [http://emilek.pl/artykuly/kontakt\\_dzieci\\_z\\_niebezpiecznymi\\_tresciami.pdf](http://emilek.pl/artykuly/kontakt_dzieci_z_niebezpiecznymi_tresciami.pdf) [26.10.2016].
- WORONIEWICZ B.T., *Dziecko i komputer*, <http://www.siecioholizm.eu/> [26.10.2016].
- ZIEMBA P., *Oddziaływanie Internetu na dzieci i młodzież*, [http://www.gimnazjum-wi-  
sniowa.pl/infopage/62](http://www.gimnazjum-wi-sniowa.pl/infopage/62) [26.10.2016].

#### **NETOGRAFIA**

- [www.eduseek.interklasa.pl](http://www.eduseek.interklasa.pl) [26.10.2016].
- [www.eduinfo.pl](http://www.eduinfo.pl) (archiwum strony, „Komputer i Internet w szkole”) [26.10.2016]
- <http://fdn.pl/> (Fundacja Dzieci Niczyje) [26.10.2016].
- <http://www.mopz.pl/> (Miejski Ośrodek Profilaktyki Zdrowotnej w Łodzi) [26.10.2016].
- [www.wychowawca.pl](http://www.wychowawca.pl) [26.10.2016].
- [http://www.zatrzymajprzemoc.pl/index.php?option=com\\_  
content&view=article&id=15:pusty-formularz&catid=2&Itemid=3](http://www.zatrzymajprzemoc.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=15:pusty-formularz&catid=2&Itemid=3) (Ośrodek Profi-  
laktyki i Terapii Uzależnień, Przychodnia Terapii Uzależnień – Gdynia) [26.10.2016].

#### **INNE:**

- Raport z badania gemiusReport *Zagrożenia wobec dzieci w Internecie*, <http://dzieckowsieci.fdn.pl/badania> [26.10.2016].
- Ośrodek Badania Opinii Publicznej, *Media w badaniach*, Poznań, Wydawnictwo PRESS, 2003.
- Centrum Badania Opinii Społecznej, *Polska, Europa, Świat. Opinia publiczna w okresie integracji*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, 2005.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Netoholizm – uzależnienie XXI wieku.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Zdobyć podstawowej wiedzy z zakresu mechanizmów uzależnienia od komputera i Internetu.

### 4. Cele szczegółowe:

- Kształtowanie umiejętności rozpoznawania sytuacji ryzykownych związanych z korzystaniem z Internetu.
- Nabywanie umiejętności podejmowania odpowiedzialnych decyzji w zakresie korzystania z zasobów Internetu.
- Zdobyć wiedzy na temat różnych form pomocy dla osób uzależnionych od komputera i Internetu.
- Doskonalenie pracy w grupie.
- Stworzenie zasad bezpiecznego korzystania z Internetu.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Ćwiczenia integracyjne wprowadzające w dobry klimat zajęć.
- Elementy wiedzy teoretycznej na temat sytuacji ryzykownych związanych z korzystaniem z Internetu i gier komputerowych.
- Radzenie sobie w sytuacjach podejmowania trudnych decyzji (zawieranie znajomości internetowych, kupowanie w Internecie, składanie propozycji przez osoby nieznanne w sieci).
- Uwrażliwienie młodych ludzi na problemy osób uzależnionych od komputera i Internetu.
- Zwrócenie uwagi na aktywne formy spędzania czasu wolnego.
- Formy pomocy osobom uzależnionym od komputera i Internetu.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające - pogadanka, wypowiedź ustna, instruktaż stanowiskowy, test wiedzy, prezentacja multimedialna,
- Metody aktywizujące: dyskusja, metoda Alexa Osborna, śnieżna kula.

**7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:**

- Arkusze białego papieru A 4,
- Arkusz z narysowaną „głową komputera”,
- Małe białe karteczki,
- Kolorowe pisaki, długopisy,
- Tablica, pisaki,
- Laptop i rzutnik,
- Test wiedzy,
- Kłębek wełny,
- Zeszyty.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Powitanie uczestników, krótka zabawa wprowadzająca dobry klimat
Metody realizacji	Wypowiemy ustna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów i zaprasza do rundki: „Cześć, mam na imię ....., lubię wycieczki rowerowe”
Czynności uczestników	Uczestnicy zajęć witają się z nauczycielem i pozostałymi członkami zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Zapoznanie z tematyką spotkania – netoholizm
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel krótko wprowadza uczniów w tematykę spotkania
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Zagrożenia płynące z korzystania z komputera i Internetu
--------------------	--

Metody realizacji	Instruktaż, instruktaż stanowiskowy, metoda Osborna, metoda aktywizująca – „śnieżna kula” oraz „słoneczko”
Czas trwania	30 minut
Materiały do zajęć	Kartki, kolorowe pisaki, małe karteczki a także arkusz z rysunkiem „głowy komputera”, przygotowane „promyczki” – karteczki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na cztery grupy i rozdaje im kartki oraz kolorowe pisaki, nauczyciel objaśnia zadanie uczniom. Po zakończonej I części, uczniowie łączą się w dwie, większe grupy i wspólnie opracowują własne – najważniejsze – propozycje na karteczkach. W III części nauczyciel kładzie na środku arkusz z „głową komputera”. Prosi reprezentantów każdej grupy o przedstawienie propozycji i dołożenie hasła jako ‘promyczków’
Czynności uczestników	Uczniowie siadają w przypisanych im grupach, przy stanowiskach, uczniowie opracowują metodą Osborna propozycje niebezpieczeństw płynących z niewłaściwego korzystania z Internetu. W II części uczniowie pracują zgodnie z instrukcją nauczyciela. Uczniowie zasiadają w kole a reprezentant grupy przedstawia ich pomysły i dokłada propozycje – ‘promyczki’ – do ‘głowy komputera’
Uwagi realizacyjne	Stoliki ustawione przy ścianie w stanowiska robocze

Treści kształcenia	Wiedza teoretyczna na temat zagrożeń płynących z korzystania z Internetu, w tym symptomy i mechanizm uzależnienia. Zwrócenie uwagi na aktywne formy spędzania czasu wolnego
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, pogadanka
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wspierając się prezentacją przedstawia uczniom zagrożenia płynące z niewłaściwego korzystania z internetu, w tym mechanizm uzależnienia od Internetu
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Zasady bezpiecznego korzystania z Internetu
--------------------	---

Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi uczniów o podanie zasad bezpiecznego korzystania z Internetu. Wszystkie propozycje zapisuje na tablicy
Czynności uczestników	Uczniowie podają swoje propozycje
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Formy i pomocy osobom uzależnionym od komputera i Internetu
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Zeszyty, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel przedstawia uczniom miejsca, gdzie można szukać pomocy w sytuacji zagrożenia i/lub uzależnienia od Internetu
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają i zapisują w zeszytach podawane przez nauczyciela informacje
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Dostrzeżenie mocnych stron uczestników spotkania
Metody realizacji	Wypowiedzi ustna
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Kłębek wełny
Czynności prowadzącego	Nauczyciel bierze kłębek wełny i inicjuje zabawę. Każdy uczeń rzuca kłębek wełny do innej osoby, trzymając jednocześnie jej koniec i wypowiadając zdanie: „Lubię Cię za..., Imponuje mi w Tobie..., Jesteś fajny bo ...
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w zaproponowanej zabawie

Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole
--------------------	--------------------------

Treści kształcenia	Zwrócenie uwagi na istotę i korzyści płynące z budowania więzi międzyludzkimi w realnym świecie
Metody realizacji	Pogadanka podsumowująca
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Wełna
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zabawę, zwracając uwagę a istotną rolę jaką odgrywają więzi tworzące się w realnym świecie. Przypomina uczestnikom jak można spędzić czas wolny nie używając komputera
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Sprawdzenie wiedzy, pożegnanie
Metody realizacji	Metoda podająca – praca z testem
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Test wiedzy, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje uczniom za aktywny udział w zajęciach i rozda je na zakończenie mini test do wypełnienia, zawierający podstawowe wiadomości z zakresu przerabianego materiału
Czynności uczestników	Uczniowie wypełniają mini test wiedzy oraz żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Test wiedzy





Paulina Ozdowska

Wyższa Szkoła Gospodarki

## KOMERCYJNE WYKORZYSTYWANIE NIELETNICH ZA POŚREDNICTWEM INTERNETU

### Etiologia zjawiska

Tworzenie bezpiecznego środowiska wychowawczego dla dziecka to od wielu wieków priorytet zarówno dla rodziny, jak i dla szeregu instytucji odpowiedzialnych za wychowanie młodego obywatela. Z czasem zmianom ulegały nastawienia, mechanizmy działania oraz metody wychowawcze. Cel pozostał ten sam, ukształtowanie jednostki, która będzie w stanie sprostać wymaganiom stawianym przez społeczeństwo, a jednocześnie posiadać atrybuty pozwalające na umiejętne pokierowanie swoim życiem, w taki sposób, aby osiągnąć pełnię zadowolenia osobistego. Przekleństwem obecnych czasów jest fakt, że miliony młodych ludzi uczestniczy w wyścigu szczurów, o władnięci zdobycami technologii, popędzani przez przemysł medialny, nie mogą nadążyć nad zmieniającymi się trendami i modą na bycie „cool”<sup>1</sup>. Wszystko to dodatkowo osadzone jest w przestrzeni forów internetowych, komunikatorów oraz portali społecznościowych, które stanowią nieodłączny element wychowania współczesnej młodzieży. Powszechnie panującym zjawiskiem jest obdarowywanie się wzajemnie różnego rodzaju gadżetami technologicznymi, mającymi w zamyśle ułatwić nam życie. Przy łóżeczku niemowlaka standardem jest elektroniczna niania, przedszkolak na rękę nosi lokalizator GPS, dziecko w wieku szkolnym jest już często szczęśliwym posiadaczem własnego telefonu komórkowego. Warto jednak zastanowić się nad momentem, w którym w sposób naturalny przekroczona została granica, między użytkowaniem rozsądnym, a takim, które nie pozwala już rozstać się z ulubionym przedmiotem.

---

<sup>1</sup> Zapożyczone z języka angielskiego pojęcie mające określać osobę godną naśladowania, popularną, okrążoną gronem podziwiających ją obserwatorów. Wśród młodzieży trend bardzo ważny z uwagi na podnoszenie samooceny oraz prestiżu w grupie rówieśniczej.

W 2012 roku Fundacja Dzieci Niczyje<sup>2</sup> we współpracy z ośrodkami w Niemczech oraz Grecji, w ramach badań mających na celu ujawnienie faktycznego zjawiska uzależnienia od Internetu wśród młodzieży, przy użyciu testu psychologicznego IAT (Internet Addictive Test) autorstwa Kimberly Young<sup>3</sup>, przebadła ponad 13 tysięcy respondentów, między 14, a 17 rokiem życia. Na potrzeby niniejszego artykułu skorzystano wyłącznie z wyników respondentów z Polski. Ujawniono w nich, że ponad 13% badanych dysfunkcyjnie używa Internetu i jest to jeden z najwyższych wskaźników. Większą potrzebę patologicznego korzystania z Internetu mają chłopcy, starsi nastolatki oraz osoby wychowujący się w rodzinie, w której rodzice posiadają jedynie podstawowe wykształcenie. Wskazano również, że osoby korzystające z Internetu w sposób dysfunkcyjny częściej cierpią na zaburzenia psychospołeczne.

Poruszanie się w realnej przestrzeni społecznej jest obecnie trudniejsze niż znajomość internetowa. Łatwość obsługi, dostępność i szybka możliwość realizacji spraw nas interesujących za pomocą Internetu sprawia, że młodzież często właśnie tam przenosi swoje życie osobiste. Ponadto należałoby również wspomnieć o fakcie, który stał się znakiem współczesności, mianowicie o tym, jak ważną funkcję w życiu młodego człowieka pełni przestrzeń wirtualna. Wiek dojrzewania jest czasem zaspakajania ciekawości, ciągłego niedosytu i potrzeby odbierania nowych wrażeń. Młody człowiek to niecierpliwy duch. W Internecie otrzymuje szybką odpowiedź na nurtujące pytania i jest w stanie niewspółmiernie szybciej zaspokoić swoją ciekawość. W cyberprzestrzeni ma również możliwość nawiązywania niezobowiązujących znajomości bez narażania się na społeczny ostracyzm. Często dopiero tam jest w stanie zaspokoić potrzebę sukcesu, odczuwania satysfakcji czy też prestiżu. Młodzieniec z kompleksami może jednego dnia stać się rycerzem ratującym życie księżniczki, drugiego natomiast zostać bossem włoskiej mafii. Niepokojącym jest fakt, że właśnie takie zachowania napędzają twórców gier i aplikacji umieszczanych w przestrzeni wirtualnej. Kontrowersyjnym pomysłem ostatnich lat stały się gry, polegające na stworzeniu tzw. drugiego życia (*second life*<sup>4</sup>). Niebezpieczeństwo

---

<sup>2</sup> Makaruk K., Wójcik Sz., (red.), *EU NET ABD – Badanie nadużywania Internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, Warszawa, Fundacja Dzieci Niczyje, 2012 r.

<sup>3</sup> The Center for Internet Addicton, <http://netaddiction.com/internet-addiction-test/> [dostęp: 24.09.2016].

<sup>4</sup> Internetowa platforma, która zależnie od rodzaju gry, pozwala na różnorodne działania za pomocą wykreowanego przez siebie bohatera. Wszystko osadzone jest w wykreowanej przez twórców przestrzeni społecznej. Często postać ta nie ma nic wspólnego z tworzącym go młodym człowiekiem – możemy nadać jej cechy fizyczne lub osobowościowe, które pozwolą na podniesienie własnej samooceny. Z jej pomocą, gracze zaspakajają własne pragnienia oraz przekraczają granice, których nie przekroczyliby w realnym świecie, np. dokonują gwałtu czy też kradzieży luksusowego samochodu.

korzystania z tego rodzaju symulatorów tkwi w oddaleniu odpowiedzialności za własne zachowanie. Gra może imitować i hiperbolizować nie tylko pozytywne cechy, ale często również jest narzędziem do zaspakajania nieco mroczniejszych potrzeb dziecka. Ma ono świadomość, że to wszystko nie dzieje się w rzeczywistości i w związku z tym, jest w stanie pozwolić sobie na coraz śmielsze przekraczanie granic. I to nie fakt próbowania jest tutaj niepokojący, ale mechanizm zagłuszający wyrzuty sumienia (współodczuwania, empatii). O ile gra polega na prowadzeniu własnego gospodarstwa rolnego lub też zostania człowiekiem sukcesu, o tyle jesteśmy w stanie jako dorośli zaakceptować jej formę. Niestety znajomość mechanizmów, jakim podlega zachowanie młodego człowieka, stała się narzędziem wykorzystywanym przez osoby lub też grupy tych osób, do działań lub też zachowań obecnie ściganych przez odpowiednie służby. Owe działania określa się mianem komercyjnego wykorzystywania nieletnich.

### **Przejawy komercyjnego wykorzystywania nieletnich**

Obecnie zjawiskiem komercji<sup>5</sup> określa się wszelkie działania dążące do osiągnięcia zysku lub też wytwory tej działalności. Na potrzeby artykułu zagadnieniem komercji objęte zostanie również zjawisko handlu żywym towarem oraz niewolnictwo. Wprowadzenie dotyczące nadużywania Internetu przez dzieci i młodzież było o tyle istotne, że teraz łatwiejszym stanie się zrozumienie motywów działania osób wykorzystujących w ten sposób naiwność nieletnich. Podstawą bezpiecznego korzystania z sieci, jest świadomość dorosłych, dotycząca przejawów i zjawisk zagrażających nieletnim jej użytkownikom. Dlatego szczególną uwagę winni zwrócić rodzice, opiekunowie, nauczyciele oraz wychowawcy. To ci właśnie dorośli odpowiedzialni są za kontrolę oraz nadzór nad korzystaniem przez dziecko z Internetu. Aby jednak można było mówić o bezpieczeństwie w sieci, każdy użytkownik ma za zadanie zapoznać się z zasadami obowiązującymi w świecie wirtualnym. Przede wszystkim należy pamiętać, że samo korzystanie z Internetu jest potencjalnie niebezpieczne i należy zachować bezwzględną ostrożność i czujność w trakcie jego użytkowania. Niebezpieczeństwo to, dotyczy możliwości zainstalowania na urządzeniu niepożądanego oprogramowania, ale również jest związane z zagrożeniami wynikającymi ze złych intencji innych osób korzystających z sieci. Jest to doskonała przestrzeń m.in. dla sprawców chcących zwabić i wykorzystać swoje ofiary. O ile rodzice, którzy kontrolują działania swojego dziecka w sieci, są w stanie wychwycić zagrożenie w miarę skutecznie lub też wyeliminować je do

---

<sup>5</sup> Słownik języka polskiego, <http://sjp.pwn.pl/sjp/komercja;2564011> [dostęp 24.09.2016].

minimum za pomocą tzw. blokady rodzicielskiej<sup>6</sup>, o tyle nauczyciele czy wychowawcy, ze względu na specyfikę kontaktu z dzieckiem, mają zadanie nieco utrudnione. Szkoła tworząca kolejne środowisko wychowawcze dziecka nosi na swoich barkach odpowiedzialność za wywiązanie się z zadań nie tylko wychowawczych, ale przede wszystkim dydaktycznych, jakie na niej spoczywają. Ma do tego ograniczoną możliwość, ponieważ zgodnie z podstawą programową zatwierdzoną przez Ministerstwo Edukacji Narodowej godzina wychowawcza, która powinna stanowić przestrzeń do rozmów o zagrożeniach otaczającego świata lub też wprowadzać elementy profilaktyki przed tymi zagrożeniami chroniącej, to tylko jedna godzina w tygodniu. Nie mniej niepokojąca jest kwestia nauczania informatyki. W zależności od etapu edukacji to tylko kilka godzin w tygodniu, poświęconych głównie na korzystanie z oprogramowań systemu. Może warto byłoby przyrzeć się możliwościom zmian lub też wprowadzeniu innowacji w podejściu do tematyki poruszania się dzieci w sieci. „To jedno z najszybciej rozwijających się mediów na świecie stało się nie tylko podstawowym źródłem informacji dla większości społeczeństwa, ale także otworzyło przed użytkownikami zupełnie nowy świat – „cyberświat” z „cybermożliwościami”<sup>7</sup>. Zatem to już nie tylko jeden z koniecznych do opanowania przedmiotów szkolnych, ale styl życia. Naturalną konsekwencją tak szybkiego rozwoju cyberprzestrzeni było również pojawienie się szeregu istniejących w niej zagrożeń. Dlatego tak ważne jest, aby na wstępie odpowiednio przygotować dziecko do świadomego i bezpiecznego użytkowania Internetu. Ma się tu na myśli unikanie nieznanego mu stron internetowych. Niereagowanie lub zgłoszenie faktu próby skontaktowania się z nim przez osoby niepożądane za pomocą komunikatorów internetowych. Sprawcy często proszą dziecko o podanie adresu zamieszkania, statusu majątkowego rodziców, numeru konta bankowego lub pin, miejsca pracy rodziców, adresu szkoły, do jakiej uczęszcza dziecko itp. informacje. przesyłania należy uprzedzić dziecko, aby nie przysyłało swoich zdjęć czy filmów na prośbę innych osób. Nieujawnianie informacji odnośnie ulubionych miejsc wypoczynku, posiadania drogocennych przedmiotów czy też tajemnic rodzinnych itd. Następnie należy u dziecka wyrobić nawyk wylogowywania się z kont użytkownika (portale społecznościowe, poczta internetowa, strony internetowe), co ma zapobiec przeglądaniu lub przechwyceniu i wykorzystaniu treści na nich zawartych przez osoby niepożądane. Często wystarczy zareagować

---

<sup>6</sup> Nazwa oprogramowania (płatnego lub bezpłatnego) modyfikującego pracę systemu Windows w taki sposób, aby dziecko korzystające z komputera i/lub Internetu (bez kontroli lub pod nieobecność rodziców) miało wyznaczony czas, jaki może spędzić przed monitorem komputera. Ponadto, program określa gry i aplikacje, z jakich dziecko może korzystać, usługi, które może samodzielnie uruchomić, monitoruje działania dziecka podejmowane w sieci oraz blokuje dostęp do niepożądanych stron internetowych.

<sup>7</sup> US Department of Defense's National Strategy for Military Operations in Cyberspace (2006), cyt. za: R.J. Deibert, R. Rohozinski, *Risking security: policies and paradoxes of cyberspace security*, „International Political Sociology”, 2010, Volume 4, s. 15.

w odpowiednim momencie, aby zapobiec tragedii. Dziecko na poszczególnych etapach rozwoju ma szczególne dla tego etapu potrzeby. Wszystkie jednak łączy jeden wspólny i bardzo istotny element – potrzeba miłości i uwagi. Małoletni, który otrzymuje zainteresowanie i wsparcie ze strony bliskich mu osób dorosłych, nie będzie szukał go w sieci. Niestety często zapracowani lub zajęci swoimi sprawami opiekunowie o tym fakcie zapominają, otwierając furtkę sprawcom działań przestępczych, które zostaną przedstawione w dalszej części artykułu.

Należałoby początkowo wspomnieć o zjawisku dość kontrowersyjnym, ale mającym swego czasu wielu naśladowców oraz spore grono zwolenników. Mianowicie ma się tu na myśli zjawisko „pozytywnej” pedofilii. Działania mające w zamyśle propagować zachowania odnoszące się do tej doktryny zakładają, że od urodzenia człowiek jest istotą seksualną i tak jak rozwój mowy lub też rozwój fizyczny, tak też rozwój seksualny należy stymulować. Stymulowanie takie ma polegać m.in. na dostarczaniu bodźców seksualnych dziecku w trakcie np. czynności higienicznych, seksualizacji bodźców wzrokowych oraz na ułatwianiu zdobywania doświadczeń seksualnych. Wszystko to ma zapewnić dobrostan umysłowy oraz doprowadzić do harmonijnego rozwoju młodego człowieka. Ojcem powyższego zjawiska stał się amerykański biolog Alfred Kinsey, który prowadził swoje badania dotyczące seksualności dzieci, przekraczając wszelkie bariery etyki zawodowej. Ekspertami dostarczającymi niezbędnych do badań informacji stali się pedofile obcujący z dziećmi poniżej 4. roku życia. Na bazie prowadzonych przez Kinseya<sup>8</sup> analiz powstało wiele teorii usprawiedliwiających zachowania pedofilskie. Do dziś stanowią one punkt odniesienia dla instytucji mających na celu znormalizowanie działań seksualnych wobec dzieci. Zdaniem wielu badaczy nurtem „pozytywnej” pedofilii przesiąknięte są m.in. wytyczne WHO<sup>9</sup>. W dokumencie szczegółowo przedstawiono standardy zachowań na poszczególnych etapach rozwoju dziecka. O ile ciekawość dotycząca budowy narządów erogennych na pewnych etapach życia jest zjawiskiem zupełnie wytłumaczalnym, o tyle przyzwolenie, a nawet sugestie dotyczące np. „akceptowalnego seksu”<sup>10</sup> jako wytycznej dla 6-latków jest kwestią niepokojącą. Obecnie środowiska pedofilskie próbują na bazie lobby homoseksualnego przeniknąć ze swoimi racjami do życia społecznego. Głoszą przede wszystkim, że pragnienie uzyskania satysfakcji seksualnej jest konieczne do osiągnięcia stanu homeostazy. Tłumaczą, że w pewnym czasie również homoseksualiści byli karani za swoje preferencje. W wielu krajach powstają

---

<sup>8</sup> Górny G., *Czas pracuje dla pedofilów?*, „Rzeczpospolita”, 16.09.2008 r.

<sup>9</sup> Winkelmann Ch. (red.) *World Health Organization. Standardy edukacji seksualnej w Europie. Podstawowe zalecenia dla decydentów oraz specjalistów zajmujących się edukacją i zdrowiem*, Biuro Regionalne WHO dla Europy i BZgA., Federalne Biuro ds. Edukacji Zdrowotnej w Kolonii (BZgA), Program Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju (UNDP), 2012 r.

<sup>10</sup> Tamże, s. 22–26.

organizacje zrzeszające pedofilii. Działania takich ugrupowań mają na celu m.in. obniżanie granicy wieku obcowania z osobą nieletnią, tak aby czyny, jakich się dopuścili wobec dziecka, nie były karane. Większość członków pedofilskich stowarzyszeń werbuje swoje ofiary za pomocą Internetu, stosując tzw. child grooming (uwodzenie dziecka<sup>11</sup>). Jest to bardzo żmudny i długotrwały proces mający na celu „przygotowanie dziecka” na późniejszy kontakt seksualny ze sprawcą. Wszelkie działania pedofila skupiają się wokół nawiązania więzi emocjonalnej z dzieckiem. Szukania z nim wspólnych zainteresowań, wzbudzeniu zaufania. Wszystko to ukierunkowane jest na jeden wspólny cel, przywiązanie dziecka do pedofila i stworzenie wokół tej relacji aury wyjątkowości i ekskluzywności. Aby mogło zaistnieć zjawisko uwodzenia, ofiara musi spełniać pewne warunki. Przede wszystkim brak silnych więzi emocjonalnych z osobami bliskimi, znaczącymi. Mowa tutaj zarówno o osobach dorosłych, jak i o rówieśnikach. Z racji braku zrozumienia i poczucia osamotnienia, bardzo ważny jest dla dziecka fakt zwrócenia na siebie uwagi. Za poświęcenie im tej uwagi odpłacają pedofilowi lojalnością, naiwnością i zaangażowaniem w manipulację. W momencie nawiązania silnej więzi emocjonalnej spełniony zostaje pierwszy warunek uwodzenia. Kolejnym etapem jest próba odizolowania dziecka od otaczających go osób dorosłych. Pedofil w każdej sytuacji staje po stronie dziecka, podając się za jedyne, prawdziwego przyjaciela i powiernika. Takie zachowanie sprawcy ma służyć zerwaniu więzi dziecka z otoczeniem, które mogłoby zagrozić jego pedofilskim zamiarom. Po upewnieniu się, że o nawiązanej relacji dziecka ze sprawcą nie wie nikt niepożądany, uaktywnia się etap trzeci – wprowadzania do rozmów elementów gry erotycznej. Używanie słów o zabarwieniu seksualnym, wymiana zdjęć z sytuacji intymnych, naleganie na spotkanie, wprowadzanie w tajniki masturbacji. Wszystko to dodatkowo zacieśnia krąg tajemnicy i sprawia, że dziecku trudno jest zweryfikować normalność całej sytuacji. Nie może z nikim przedyskutować tego, co właśnie dzieje się w jego życiu. Często pedofile na tym etapie stosują szantaż emocjonalny. I nie chodzi tu wcale o fakt ujawnienia materiałów erotycznych, a nawet rozmów, które mogłyby skompromitować ofiarę. Sprawca grozi zerwaniem kontaktu, co dla dziecka, które często uważa go za osobę sobie bardzo bliską, jest sytuacją prawdziwie dramatyczną.

Uwodzenie, jak już wspomniano, ma na celu wykorzystanie seksualne ofiary, często jednak związane jest z pozyskiwaniem i udostępnianiem materiałów pornografii dziecięcej oraz z prostytutką dziecięcą. Pornografia dziecięca, czy też cyberpornografia dziecięca<sup>12</sup>, to wszelkie materiały o treści pedofilskiej z udziałem dzieci / dziecka różnej płci i w różnym wieku i/lub postaci wyglądającej jak dziec-

<sup>11</sup> Polak Z., Różycka M., Marańda M., Szelań M. (red.), *Zagrożenia internetowe. Wybrane zjawiska*, Warszawa, Wydawnictwo NASK, 2015.

<sup>12</sup> Pornografia dziecięca, której źródłem pozyskiwania i/lub udostępniania materiałów pedofilskich jest Internet.

ko. W odróżnieniu od pornografii z udziałem wyłącznie osób dorosłych materiały niosące ze sobą treści pedofilskie są natychmiast usuwane z sieci i nośników danych, a osoby odpowiedzialne za jej udostępnianie, tworzenie, rozpowszechnianie i przetrzymywanie są natychmiastowo namierzone przez odpowiednie służby. Ekspozycja materiałów o treści erotycznej jest normalnym zachowaniem uwodzającego pedofila, który w ten sposób chce zmanifestować fakt naturalności zaspakajania potrzeb seksualnych, próbuje tym samym do takich działań nakłonić swoją ofiarę<sup>13</sup>. W polskim prawie<sup>14</sup> pojęcie pornografii dziecięcej zostało rozszerzone o materiały zawierające utworzony graficznie wizerunek dziecka, w tym komiksy, rysunki, filmy animowane. Ponadto karnie odpowiadać będzie również osoba, która nieletniemu poniżej 15. roku życia udostępnia materiały o treści pornograficznej. Warto również wspomnieć, że każdy przypadek posiadania treści przedstawiających seksualne wykorzystanie dziecka pilnie winien zostać zgłoszony organom ścigania. Jeżeli natomiast mamy na myśli cyberpornografię dziecięcą, nieco trudniej jest ustalić faktyczny status prawny ukazywanych materiałów. Często uczestnikami różnego rodzaju zachowań seksualnych są osoby dorosłe ukształtowane tak, aby przedstawiać dzieci, co znacznie utrudnia identyfikację wieku uczestników tej interakcji.

Niestety ugruntowaną praktyką sprawców jest zmuszenie (szantaż emocjonalny) lub nakłonienie dziecka do realnego spotkania. Małoletni zapewniani jest o dobrych intencjach pedofila, często mamiony obietnicą otrzymania wartościowego prezentu, uczestnictwa w jakimś szczególnym, oczekiwanym przez dziecko wydarzeniu. Jak wynika z raportu Fundacji Dzieci Niczyje, która w roku 2006 we współpracy z firmą Gemius S.A. na próbie 1779 respondentów wieku 12–17 lat przeprowadziła badania dotyczące zagrożeń wynikających z kontaktów on-line z obcymi osobami za pomocą Internetu<sup>15</sup>, ponad 45% młodych użytkowników było nakłanianych przez osoby sobie nieznane do rozmowy wbrew swojej woli, a co 5 dziecko taka próba przestraszyła. Około 64% młodych osób zawiera za pomocą internetu znajomości. Niepokojącym jest fakt, że ponad 68% spośród nich otrzymało od nowo poznanej osoby propozycję spotkania, a nawet 45% wzięło w nim udział. Jedynie 24% dzieci poinformowało rodziców o tym spotkaniu – połowa z nich uczestniczyła w nim w pojedynkę. Sposób działania pedofila jest dwójaki, jeśli ma on zamiar przez dłuższy czas wykorzystywać dziecko, musi wzbudzić w nim zaufanie. Sprawić, że nieletni poczuje się w jego towarzystwie wyjątkowo dobrze. Będzie starał się spełnić zachcianki ofiary, nawet jeśli wiązałyby się to

<sup>13</sup> Broughton D.D., *Child exploitation in the 21st century*, „Pediatrics and Child Health”, 2009, Volume 19, Supplement 2, s. 197.

<sup>14</sup> Kodeks Karny, Art. 202 Ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. (Dz.U. z 1997 Nr 88, poz. 553 ze zm.).

<sup>15</sup> *Dziecko w Sieci*. Gemius S.A., FDN, styczeń 2006, badani: dzieci 12–17 lat (N=1779), [http://fdns.pl/baza\\_wiedzy/2006-kontakt-dzieci-niebezpiecznymi-tresciami-internecie/](http://fdns.pl/baza_wiedzy/2006-kontakt-dzieci-niebezpiecznymi-tresciami-internecie/) [dostęp: 27.09.2016].

z chwilowym powstrzymaniem od działań o charakterze seksualnym. Pedofil nie chce wystraszyć dziecka, traktuje je jak swojego partnera. Często deklaruje wobec niego głębsze uczucia – również miłość. Zachowanie takie ma, prócz oczywistego celu wykorzystywania seksualnego dziecka, również cel nadrzędny – uzależnienie małoletniego od osoby sprawcy do takiego stopnia, że często już po ujawnieniu procederu małoletni żywi wobec swojego oprawcy głębokie uczucia, a często jest gotowy bronić go nawet przed sądem. Jeżeli natomiast dziecko uda się na zaaranżowane przez Internet spotkanie ze sprawcą, którego głównym celem było „złapanie” ofiary w pułapkę, wówczas z dużym prawdopodobieństwem dewiant wykorzysta fakt bycia z ofiarą sam na sam w sposób przez siebie planowany – mając oczywistą przewagę siłową doprowadza małoletniego do obcowania płciowego lub innych czynności seksualnych, nie wyłączając również gwałtu i/lub ciężkiego uszkodzenia ciała, a w skrajnych wypadkach nawet śmierci. Jak już wspomniano, sprawcy, aby zwabić i zabrać ofiarę w odludne miejsce, stosują silnie oddziałujące na dziecko manipulacje. Nierzadko, by zmusić małoletniego do uległości, grożą śmiercią lub skrzywdzeniem osób mu bliskich, ujawnieniem jakiejś tajemnicy powierzonej pedofilowi itd. Sam fakt nawiązania z dzieckiem kontaktu dorosłej, niespokrewnionej i obcej osoby w celach towarzyskich powinien wzbudzić zaniepokojenie opiekunów, a przede wszystkim nieletniego użytkownika sieci. Aby łatwiejsza stała się identyfikacja potencjalnego sprawcy, amerykańska organizacja NCMEC (National Center for Missing & Exploited Children) w 2003 roku, w ramach projektu badawczego zajmującego się praktykami stosowanymi przez instytucje wymiaru sprawiedliwości w przypadku wykorzystywania seksualnego dzieci przy użyciu Internetu, przesłała do lokalnych, stanowych i narodowych instytucji wymiaru sprawiedliwości 2574 ankiety z pytaniami dotyczącymi odnotowanych w ostatnim roku przypadków wykorzystywania seksualnego dzieci w sieci<sup>16</sup>. Jednym z głównych etapów badań było stworzenie profilu sprawcy czynów związanych z wykorzystywaniem seksualnym dzieci przy użyciu Internetu. W 99% spraw sprawcami byli mężczyźni, w tym rasy białej – 92%, mężczyźni powyżej 25. roku życia – 86%, działający w pojedynkę – 97%. Około 10% respondentów to recydywiści. Ważnym jest również fakt, że sprawcy pozostają bezkarni i kontynuują swój proceder na tyle długo, na ile pozwoli ofiara. Droga do skazania pedofila jest, z uwagi na intymny wymiar zbrodni, dramatem dla dziecka, które musi zeznawać i wracać we wspomnieniach do wydarzeń tamtych chwil. W Polsce prawo gwarantuje ochronę małoletniego w trakcie procesu o wykorzystywanie seksualne w taki sposób, że nie dopuszcza się do ponownego spotkania dziecka ze sprawcą – ofiara zeznaje w przyjaznym, wyznaczonym do tego miejscu, tylko w obecności sędziego i psychologa.

<sup>16</sup> Wolak J., Mitchel K., Finkelhor D., *Internet Sex Crimes Against Minors. The Response of Law Enforcement*, Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire, 2003, [www.missingkids.com](http://www.missingkids.com) [dostęp: 27.09.2016].



Istnieją trzy możliwości rozpoznania, pojmania i oskarżenia pedofila<sup>17</sup>. Po pierwsze dzieje się tak za sprawą identyfikacji ofiary. Dziecko samo powiadamia osobę dorosłą o zdarzeniu (np. w trakcie rozmowy z opiekunem), rodzice lub nauczyciele zauważają nadzwyczajne zachowanie dziecka (np. moczenie nocne, rysunki przedstawiające elementy narządów płciowych, drażliwość, płaczliwość itd.), kontakt małoletniego ze sprawcą zostaje ujawniony przypadkiem (np. otwarte okno wiadomości w przeglądarce, donos ciekawskiego rówieśnika itd.). Kolejną możliwością, która gwarantuje złapanie sprawcy na gorącym uczynku, jest zastosowanie prowokacji. Obecnie media, organizacje pozarządowe oraz specjalnie do tego powołane komórki policji wiodą w tej materii prym. Działania takie polegają na nawiązaniu przez Internet kontaktu z dorosłymi zainteresowanymi rozmową z małoletnim, za którego podaje się prowokator. Z reguły taki kontakt trwa do czasu, aż rozmówca ujawni swoje prawdziwe intencje – pedofil będzie stosował wobec „dziecka” wspomnianą już w artykule technikę uwodzenia. Często sprowadza się to do zaaranżowania spotkania sprawcy z dzieckiem, na które wyznacza się zwykle odludne miejsce. W wyznaczonym miejscu i czasie zamiast dziecka na spotkanie udaje się prowokator, zazwyczaj z asystą policji. Jeżeli inicjatorem akcji są media, cały proces uwodzenia dziecka możemy śledzić dzięki obecności kamery. Ostatnią możliwością postawienia w stan oskarżenia dewianta wykorzystującego seksualnie dzieci jest śledzenie przez odpowiednie służby migracji materiałów pedofilskich w sieci. Pedofile dzielą się posiadanymi przez siebie danymi, a ponieważ treści ich interesujące są usuwane z obiegu przez różne powołane do tego organa, następuje nieustanna ich wymiana. W prawie polskim również posiadanie materiałów pedofilskich jest karane. Dzięki indywidualnemu numerowi IP każdego komputera łatwiejsze jest sprawdzenie, z jakiego urządzenia i na jakie zostały przesłane dane. Niestety bezpośredni dostęp do tego półświatka z uwagi na duże ryzyko podejmowania kontaktów seksualnych z małoletnim jest maksymalnie ograniczony. Członkowie takich grup to często dobrze sytuowani mężczyźni, posiadający własne rodziny, często ryzykujący bardzo wiele dla dewiacyjnych upodobań. Swoje działania prowadzą rozważnie, w sposób bardzo przemyślane. Kontakt z ofiarą jest odpowiednio przygotowywanym i zaplanowanym działaniem. Funkcjonują w zorganizowanych grupach pedofilskich, trudniących się wykorzystywaniem dzieci, porwaniami, handlem żywym towarem i produkcją oraz kolportażem materiałów pedofilskich.

Bardzo trudno jest sobie wyobrazić, że w pewnych rejonach świata rodziny świadomie sprzedają swoje dzieci. Ofiary tego procederu pochodzą zazwyczaj z krajów o niskim statusie ekonomicznym, z czynnym konfliktem zbrojnym lub dotkniętych innego rodzaju czynnikami ryzyka. W dużej mierze zjawisko dotyczy dziewczynek. Powodem takiego stanu rzeczy jest zakorzeniona wielopokolenio-

<sup>17</sup> Carr J., *Child abuse, child pornography and the internet*, NCH, 2004, [www.nch.org.uk](http://www.nch.org.uk) [dostęp: 29.09.2016].

wa tradycja namaszczająca męskiego potomka jako tego, który przyniesie rodzinie chlubę i dobrobyt. Zgodnie z tą obyczajowością kobieta stawała się spełnioną, kiedy wydała na świat syna. Urodzenie dziecka płci żeńskiej zwiastowało dla rodziny zły omen i dużą stratę finansową (posag), zwłaszcza gdy była już kolejną z córek. Byłoby dużym niedomówieniem zatajenie faktu, że również w cywilizowanej Europie odnotowuje się przypadki handlu dziećmi, zazwyczaj noworodkami, na których biedna lub nieletnia, pozostawiona samej sobie matka próbuje zarobić. Międzynarodowa Organizacja Pracy w oficjalnych opracowaniach, ujawnia, że ponad milion dzieci rocznie pada ofiarą handlu<sup>18</sup>. Zjawisko obejmuje swym zasięgiem cały świat, dzieląc go na kraje, z których pochodzą ofiary, kraje tranzytowe oraz kraje docelowe – najczęściej Europy. Przez oraz z terytorium państwa polskiego odbywa się transfer ofiar z Europy Wschodniej do Zachodniej. Polska jest również miejscem docelowym, do którego sprowadza się ofiary z Ukrainy, Białorusi, Mołdawii i Rumunii. Komercyjne wykorzystywanie dla celów seksualnych (pornografia, prostytutka) oraz praca przymusowa to najczęstsze formy tego przestępstwa<sup>19</sup>.

Zgodnie z nowelizacją ustawy, która weszła w życie 8 września 2010 roku, do Kodeksu karnego włączono zapisy definiujące handel ludźmi oraz niewolnictwo. Wszystkie te przepisy dotyczą również dzieci, fakt przestępstwa wobec nich nie został jednak ujęty w odrębnych przepisach i tak – zgodnie z art. 115 § 22 – handlem ludźmi określa się werbowanie, transportowanie, dostarczanie, przekazywanie, przechowywanie lub przyjmowanie osoby z zastosowaniem wobec niej:

- przemocy lub groźby bezprawnej,
- uprowadzenia,
- podstępny,
- wprowadzenia w błąd albo wyzyskania błędu lub niezdolności do należytego pojmowania przedsiębranego działania,
- nadużycia stosunku zależności, wykorzystania krytycznego położenia lub stanu bezradności,
- udzielania albo przyjęcia korzyści majątkowej lub osobistej albo jej obietnicy osobie sprawującej opiekę lub nadzór nad inną osobą, w celu jej wykorzystania, nawet za jej zgodą, w szczególności w prostitucji, pornografii lub innych formach seksualnego wykorzystania, w pracy lub usługach o charakterze przymusowym, w żebractwie, w niewolnictwie lub innych formach wykorzystania, poniżających godność człowieka lub w celu pozyskania komórek, tkanek lub narządów wbrew przepisom ustawy<sup>20</sup>.

<sup>18</sup> *ILO Action Against Trafficking in Human Beings*, International Labour Organisation Geneva, 2008.

<sup>19</sup> *Organised Crime Threat Assessment, EUROPOL, OCTA 2011EU, European Police Office*, 2011.

<sup>20</sup> Ustawa z dnia 20 maja 2010 r. o zmianie ustawy – Kodeks karny, ustawy o Policji, ustawy – Przepisy wprowadzające Kodeks karny oraz ustawy – Kodeks postępowania karnego, Dz.U. Nr 98, poz. 626.

W odróżnieniu od dorosłych ofiar handlu ludźmi eksploatacja dzieci opiera się w dużej mierze, obok seksbiznesu, na żebractwie, nielegalnych adopcjach, nielegalnych transplantacjach (handel organami), zmuszaniu do popełniania przestępstwa, przekazywaniu w rekompensacie za długi, pracach w narkobiznesie<sup>21</sup>. Ofiarami handlu dziećmi mogą stać się małe dzieci pochodzący z rodzin dysfunkcyjnych, mniejszości etnicznych czy narodowych (poczucie niższości), doświadczający przemocy ze strony dorosłych, niemający poczucia stabilizacji i bezpieczeństwa oraz właściwej ochrony przed zagrożeniami. Uwagę powinno zwrócić dziecko, które podróżuje samotnie lub z obcymi dla niego osobami. Potencjalnie mogło stać się ofiarą handlu ludźmi. Jeżeli dodatkowo jest wystraszone, zdenerwowane, deklaruje niechęć wobec opiekuna, niezwłocznie należy zawiadomić policję lub zwrócić się do funkcjonariuszy innej służby, np. straży granicznej, ochrony obiektu, straży miejskiej itd. Nierzadko jednak wskaźniki pojawiające się w zachowaniu dziecka nie wzbudzają podejrzeń. Jest ono zadowolone, uśmiechnięte. Opiekunowie dokładają wszelkich starań, by uspić czujność obserwujących cały spektakl podróżnych i/lub odpowiednich służb. Dziecko podróżujące samodzielnie często posiada przy sobie telefon komórkowy oraz spore sumy pieniędzy, drogie ubrania oraz cenne przedmioty. Jak wynika z raportu opiekunów pogotowia opiekuńczego, do których trafiają dzieci ze statusem „bez opieki”, z uwagi na duży odsetek ucieczek dzieci z placówki, można wysnuć tezę, że interwencja i umieszczenie dziecka w takim miejscu to celowy plan działania wobec niego. Daje handlarzowi czas na zorganizowanie dalszego transportu lub załatwienie swoich spraw. Dziecko w trakcie podróży zostaje zaprogramowane w taki sposób, aby odczuwać strach przed próbą uwolnienia go z rąk handlarza. Zmuszane jest groźbą, używaniem wobec niego siły fizycznej, torturowaniem czy wykorzystywaniem seksualnym, aż do uległości. Odczuwa ogromny stres związany z nielegalnym przekraczaniem granic, fałszowaniem tożsamości – a ciągle uczucie niepokoju jest celowo wzniecane przez handlarza, ponieważ dzieckiem wystraszone jest łatwiej manipulować<sup>22</sup>. Często również trudno jest mu realnie ocenić sytuację, w jakiej się znalazło. Nie postrzega siebie jako osoby pokrzywdzonej, nie wie, jakie przysługują mu prawa i kto właściwie chce mu pomóc, a kto zaszkodzić. Z jednej strony opiekun obiecujący lepsze życie, z drugiej policja, przed którą należy uciekać. Najczęściej do identyfikacji ofiar dochodzi drogą interwencji organów ścigania lub działania pracowników organizacji pozarządowych, np. streetworkerów<sup>23</sup>.

<sup>21</sup> Fenik K., *Problem handlu dziećmi w Polsce i na świecie*, Fundacja Dzieci Niczyje, 2011.

<sup>22</sup> Tamże, s. 14–15.

<sup>23</sup> Pedagodzy uliczni, docierający z pomocą do osób żyjących (bezdolnych), pracujących (osoby prostytuujące się) i/lub wychowujących się (dzieci z rodzin z problemem alkoholowym i/lub przemocowych) na ulicy. Celem pracy streetworkerów jest wsparcie psychiczne (pogadanki, udzielanie informacji o miejscach noclegowych, o prawach, jakie przysługują osobie w sytuacji trudnej),

Jak już wspomniano, drogi, jakimi nieletni trafiają na drogę przestępstwa, prostytucji czy handlu narkotykami, są różne. Uprzednio wyjaśniono, że często, zwłaszcza jeżeli sprawa dotyczy młodszych dzieci, dzieje się tak za sprawą handlu żywym towarem. Grupy przestępcze wykorzystują jednak również naiwność nastolatków, zaskarbiając sobie ich zaufanie. Schemat działania jest ciągle ten sam. Sympatie ofiary zaskarbia sobie osoba, która swoimi działaniami dąży do nawiązania z dzieckiem silnej więzi emocjonalnej. Manipulacja polega m.in. na obdarowywaniu dużą ilością prezentów oraz na skierowaniu całej uwagi na nieletniego. Nagle w życiu dorosłego „przyjaciela” pojawia się jakiś problem. Dziecko uwikłane w relacje ze sprawcą często samo deklaruje pomoc lub zostaje do niej skłonięne. W tym miejscu zaczyna działać reguła wzajemności<sup>24</sup>, która tym silniej daje o sobie znać, im głębsze relacje zostały nawiązane między ofiarą a sprawcą.

Szajki zajmujące się werbowaniem dziewczyn do uprawiania nierządu, korzystają z usług tzw. loverboys. To często pełnoletni mężczyźni wyglądający na nastolatków. Koniecznie o dobrej aparycji, zadbani i czarujący. Ich zadaniem jest znalezienie potencjalnej ofiary. Sprawca ma pełnić rolę wabika, który rozkocha w sobie naiwną dziewczynę. Najłatwiejszym celem są nastolatki czatujące na forach dla samotnych osób, szukające wsparcia, miłości, akceptacji. Kolejnym miejscem „zastawienia sidła” są okolice szkół, pubów i dyskotek. Na ogół łatwo tam znaleźć osobę, która źle czuje się w otaczającym ją towarzystwie. W początkowych etapach znajomości z loverboyem dziewczyna bombardowana jest miłością, obsypywana komplementami i drogimi prezentami. Chłopak za wszelką cenę chce uwieść ofiarę, sukcesywnie odizolowuje ją również od bliskich. Kiedy już nastolatka deklaruje mu miłość, pojawiają się problemy. W celu uniknięcia skrzywdzenia ukochanego jest w stanie zgodzić się na wszystko, nie protestuje nawet wówczas, gdy opłatą za jego bezpieczeństwo jest oddanie się w ręce obcego mężczyzny (sytuacja oczywiście zostaje wymyślona, a potencjalny agresor to zwyczajny klient, który opłacił usługę seksualną). Proceder trwa, gdyż pojawia się coraz więcej sytuacji, w ramach których dziewczyna musi oddawać się za pieniądze innym mężczyznom (długi hazardowe, pieniądze na rozkręcenie własnego biznesu, wspólna ucieczka przed nieprzychylnie nastawionym wobec ich miłości otoczeniem). Szacunkowe dane dotyczące zjawiska nie są znane, rzadko która ofiara decyduje się na zgłoszenie całej sytuacji do odpowiedniej instytucji. Często informatorami stają się bliscy znajomi, rodzina. Wielu nastolatków nie zdaje sobie sprawy, że stają się ofiarami wykorzystywania seksualnego, znaczna

---

instrumentalne (pomoc w wypełnianiu kwestionariuszy niezbędnych do uzyskania dokumentu tożsamości, wizy), udzielenie pomocy materialnej osobom potrzebującym (ciepła herbata, koce, prezerwatywy, ubrania, środki czystości).

<sup>24</sup> Zasada, jaką według psychologii społecznej kierują się ludzie, nabywana często w procesie socjalizacji. Polega ona na potrzebie odwzajemnienia się osobie, która coś dla nas zrobiła.

część uważa tym samym, że znajomość, jaką zawarli, to najlepsze co ich w życiu spotkało<sup>25</sup>.

W tym miejscu warto również wspomnieć, że obok sytuacji, w których inicjatorami wykorzystywania seksualnego dzieci są osoby dorosłe, odnotowuje się również duży odsetek spraw, w których prowodyrem jest małoletni (w żadnym jednak wypadku nie zwalnia to osoby dorosłej wykorzystującej dziecko od odpowiedzialności karnej i to należy zaznaczyć z całą stanowczością). Taka sytuacja ma miejsce wówczas, gdy intencja wychodzącego z propozycją dziecka jest oczywista dla obu stron – w zamian za zgodę i uczestnictwo dziecka w czynnościach seksualnych otrzymuje ono od dorosłego sprawcy czynu ustaloną sumę pieniędzy, cenny przedmiot lub zobowiązanie do pokrycia kosztów usługi na rzecz dziecka (fryzjer, kosmetyczka, spa, kino, basen itd.). Zachowanie takie nosi znamiona przestępstwa i określane jest jako prostytutka dziecięca. W tym miejscu warto wyjaśnić, że większość takich spotkań ustalanych jest za pośrednictwem internetu, w dogodnych dla obu stron warunkach. Małoletni będący równocześnie inicjatorem całego zajścia to często osoba zdemoralizowana, szukająca wrażeń, o niskim poczuciu własnej wartości, często pochodząca z ubogiej lub zamożnej rodziny, w której brak jest więzi emocjonalnych. Niekiedy celem jest również zaspokojenie potrzeby bliskości i przynależności, bezpieczeństwa i miłości. Chociaż trudno jest sobie wyobrazić, jak niebezpieczne mogą stać się takie spotkania, coraz więcej dzieci decyduje się na tak radykalne posunięcie. Znają swoją cenę i wiedzą też, kto ile jest w stanie zapłacić za ich „towarzystwo”. Jak już wspomniano, prostytutka dziecięca jest przejawem demoralizacji. Zatem dziecko, które zostanie na niej przyłapane, jest oddane do dyspozycji sądu rodzinnego, który z reguły decyduje o odebraniu go rodzicom. Takie postępowanie nakręca spiralę dramatów, bowiem w obawie przed karą nieletni, który zdecyduje się na uprawianie nierządu, nigdy nie poinformuje o tym bliskich mu osób. Tym samym zostaje sam, z całym ciężarem psychicznym sytuacji.

Znakiem współczesności stało się zjawisko tzw. galerianek. To przede wszystkim młode dziewczęta (zdarzają się również chłopcy), które werbują potencjalnych klientów na terenie galerii handlowych. Stosują ustalone wcześniej znaki rozpoznawcze lub krążą wokół ustalonych wcześniej miejsc (okolice sklepów z zabawkami)<sup>26</sup>. Za usługi seksualne żądają od „nabywcy” drogocennych przedmiotów, gadżetów, ubrań itd. Zazwyczaj do kontaktu fizycznego dochodzi w toalecie lub na parkingu galerii. Powodów, dla których nieletni decyduje się na tak drastyczny i niebezpieczny krok, jest kilka: chęć przeżycia ekscytującej przygody,

---

<sup>25</sup> Matzke M., *Prostytucja dziecięca: mało liczb i faktów, ale problem jest*, <http://www.dw.com/pl/prostytucja-dzieci%C4%99ca-ma%C5%82o-liczb-i-fakt%C3%B3w-ale-problem-jest/a-16998980> [dostęp: 30.09.2016].

<sup>26</sup> Szulc A., *Prostytucja dziewczynek*, „Przekrój”, 2007, nr 38 (20.IX).

posiadanie własnych pieniędzy, pomoc rodzinie, zaspokojenie potrzeby miłości, zamiłowanie do adrenaliny, podniesienie własnej samooceny. Żaden jednak argument nie jest w stanie usprawiedliwić faktu, dla którego dziecko oddaje się dobrowolnie w ręce krzywdzącego go dorosłego. Można jednak wysnuć śmiały wniosek, że sprawstwo leży po stronie nie tyle dziecka i również nie do końca sprawcy, ale w dużej mierze winę ponosi podatne na medialne manipulacje społeczeństwo.

Sfera poznawczo-emocjonalna każdego człowieka jest codziennie bombardowana przez informacje. Płyną one wszelkimi kanałami (bodźce wzrokowe, słuchowe, dotykowe, smakowe, węchowe). Możliwości tak szerokiego pasma przekazu danych wykorzystują media, odpowiedzialne poniekąd za kształtowanie postaw społecznych, a tym samym zachowania i opinie<sup>27</sup>. Internet jako przedstawione już źródło informacji to tylko część wirtualnego świata, który kreuje się w telewizji, kolorowych czasopismach i czarno-białych nagłówkach gazet. Możemy zatem śmiało stwierdzić, że bardziej lub mniej świadomie poddajemy się działaniu manipulacji. Jesteśmy w stanie pewne zachowania innych akceptować, jeśli zostaliśmy przekonani o ich słuszności. Akceptacja pewnego rodzaju działań wynika również z wpływu wywieranego na człowieka na drodze socjalizacji. „Tylko osoby atrakcyjne fizycznie mają szansę zaistnieć”, „Osoba otyła jest sama sobie winna”, „Tylko człowiek bogaty jest coś warty”. „Kobieta to ta uległa, skromna domatorka, której ambicją powinno stać się uprzyjemnianie życia męża, który w obiegowej opinii jest silnym psychicznie, stanowczym opiekunem domowego ogniska i bohatercko wywiązuje się z dokręcania kranu oraz koszenia trawnika”, „Nie ufać obcym”, „Problemy zatrzymać w czterech ścianach domu”, „Sukces to tylko ten okupiony własnymi siłami”<sup>28</sup> – to tylko niektóre z haseł funkcjonujących w obiegowej opinii jako „złote rady”. Wszechobecna moda na „fit”, „bio” i „eco” to nic innego jak społeczna manipulacja, która oprócz ruchów popularyzujących zdrowy styl życia i zbilansowaną dietę zaowocowała m.in. wzrostem zainteresowania treściami dotyczącymi ekstremalnych technik odchudzania, nie wyłączając zaburzeń psychicznych (pro-ana<sup>29</sup>).

Większość stosowanych wobec nas psychomanipulacji może odnieść oczekiwany rezultat, jeśli trafią na podatny grunt. Takim gruntem jest konieczność

<sup>27</sup> Witkowski T., *Psychomanipulacje. Jak je rozpoznać i jak sobie z nimi radzić*, Wrocław, Biblioteka Moderatora, 2004, s. 31–34.

<sup>28</sup> Guerreschi C., *Nowe uzależnienia*, Kraków, Wydawnictwo Salwator, 2009, s. 10–11.

<sup>29</sup> Z ang. *professional-ana* (profesjonalna anoreksja). Ruch społeczny rozwijający się m.in. w Internecie. Odnoszący się do promocji anoreksji jako świadomego wyboru i sposobu na życie. Autorzy wpisów internetowych zachwalają ten rodzaj choroby psychicznej jako najdoskonalszą formę osiągnięcia perfekcji. Chorujący na anoreksję często swoimi praktykami doprowadzają do całkowitego wyniszczenia organizmu, a często również do śmierci. Swoje praktyki często umieszczają w sieci w formie porad dla początkujących.

zaspakajania przez człowieka szeregu potrzeb<sup>30</sup>. Mowa tutaj przede wszystkim o potrzebach wyższego rzędu. Wymóg ich zaspokojenia, w połączeniu z innymi regułami psychologicznymi, tworzy gotową receptę na podporządkowanie sobie młodej, poszukującej przygód, zagubionej w świecie dorosłych osoby. Nastolatek osaczony przez sprzeczne informacje może czuć, że nie pasuje do przedstawianego w mediach schematu. Z jednej strony wymaga się od niego perfekcji, z drugiej spontaniczności. Uległości w opozycji do działania. Hartowania duszy, a z drugiej ciała. Najważniejszy jest cel, nieważne, jakimi środkami zostanie osiągnięty. Dokładając do tego kryzys pokoleniowy, odrzucenie przez rówieśników i/lub problemy w szkole, otrzymujemy jednostkę, która poszukuje środowiska, które będzie w stanie zaspokoić jej potrzeby miłości, bliskości, przynależności, akceptacji i bezpieczeństwa. W wielu przypadkach odskoczną od przykrej rzeczywistości stają się grupy dewiacyjne o charakterze przestępczym<sup>31</sup>. Przynależność do tego typu podkultur wiąże się często z przekraczaniem granic moralnych, łamaniem prawa, zachowaniami destruktywnymi, uzależnieniami, przemocą i w konsekwencji z ponoszeniem skutków prawnych swoich zachowań. Wielu młodych w porę decyduje się na opuszczenie skonfliktowanych z prawem społeczności. Dzieje się tak, ponieważ zaistniały pewne przesłanki ułatwiające dokonanie wyboru oraz fakt, że na tym etapie z uwagi na brak więzi emocjonalnych łatwiej jest grupę opuścić. Intencje współtowarzyszy są z reguły od początku jasne. Często w momencie inicjacji, mającej ułatwić wstąpienie do grupy, nowicjusze muszą np. dokonać kradzieży, aby udowodnić swoją wartość.

Istnieją jednak takie podkultury przestępcze, które ukryły się pod sztandarem ugrupowań religijnych. Ma się tu na myśli sekty, a w rzeczywistości zakamuflowane grupy dewiacyjne, które za pomocą manipulacji rekrutują nowych członków. Najczęściej stosowanym kanałem przerzutowym stał się internet (organizacje fasadowe oferujące wsparcie duchowe dla osób w kryzysie, oferta kursów samoobrony, medytacji) lub bezpośredni kontakt (promocyjne wyjazdy, zaproszenie na animacje kulturowe, eventy kulturalne, pokazy filmowe itd.). Ten typ ugrupowań z reguły korzysta z niejasności terminologicznej, umieszczając w swoim statucie takie terminy jak: kościół, zbór, zrzeszenie, związek, kult, ruch religijny, szkoła duchowa, centrum itp<sup>32</sup>. Intencje współwyznawców są od początku utajone. Nowych członków grupy nie informuje się o sposobie funkcjonowania sekty i prawdziwym powodzie, dla którego zostali do grupy włączeni. Jest to pierwsza z metod manipulacyjnych o nazwie „kamouflaż”. Nieujawnienie pewnych informa-

<sup>30</sup> Patrz: piramida Masłowa – hierarchia potrzeb.

<sup>31</sup> Siemaszko A., *Granice tolerancji. O teoriach zachowań dewiacyjnych*, Warszawa, PWN, 1993, str. 132-154

<sup>32</sup> Jankowska M., *Psychomanipulacja jako technika werbunku wykorzystywana przez sekty oraz ich fasadowe organizacje*, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn, 2012.

cji ma wprowadzić w błąd potencjalnego kandydata. Niepokojącym jest fakt, że ofiarami tego typu praktyk często stają się nieletni. Szukają dogodnego dla siebie miejsca oraz otoczenia, które je zaakceptuje. Sekty podstępem przedostają się nawet do szkół, wynajmując np. sale lekcyjne. Plakat z zaproszeniem na warsztaty lub zajęcia edukacyjne z umieszczonym adresem szkoły ma tu ogromne znaczenie manipulacyjne. Łączy daną organizację z placówką powszechnego zaufania, jaką jest szkoła. Również edukacja przesiąknięta jest wpływem ugrupowań sekciarskich, niektóre z nich utworzyły nawet własne programy dydaktyczne<sup>33</sup>. Pozwala to na codzienny kontakt wyznawców z dziećmi i usypia czujność rodziców. Szeroki zakres proponowanych aktywności sięga również instytucji państwowych (teatry, centra kultury, pracownie plastyczne, szkoły językowe, kluby kultury wschodniej), a niektóre z aktywności opierają się o wzniosłe hasła odrzucenia komercji i konsumpcjonizmu i zwrócenia się ku naturze i ekologii<sup>34</sup>. Chaos informacyjny spowodowany napływem sprzecznych informacji poniekąd ułatwia sektom werbunek nowych członków. Nieletni w początkowej fazie przynależności do grupy są delikatnie wprowadzani w tajniki działania organizacji, ale przede wszystkim zaspakajane są ich wszystkie potrzeby, których zaspokojenie nie byłoby możliwe w najbliższym otoczeniu. Młody człowiek odczuwa ogromną potrzebę przebywania w gronie osób darzących go miłością, akceptacją. Brak doświadczenia w byciu kochanym sprawia, że poszukuje bezwarunkowej bliskości z drugim człowiekiem i jest w stanie zrobić za to wiele. Nieletni potrzebuje również kogoś, kto wskaże mu odpowiednią drogę i pokieruje nim w sytuacji trudnej, kryzysowej, pozostawiając jednak margines autonomii. Łatwiej nam przyjąć to, co wynika z własnych przekonań, niż zaakceptować narzucane treści. Sekty dodatkowo dają nowo przybyłemu odczuć, że jest kimś wyjątkowym i że jego zaangażowanie jest wspólnocie bardzo potrzebne. Bombardowanie miłością jest jedną z metod wpływu emocjonalnego. Podobnie działać mają pochlebstwa, które w prymitywny sposób przynoszą oczekiwane efekty. Człowiek wręcz skąpany jest w miłości<sup>35</sup>. Ten typ psychomanipulacji jest stosowany najczęściej wobec osób młodych, które mają problemy z nawiązywaniem głębszych relacji w środowisku rodzinnym i rówieśniczym, lub tych, które czują się niezrozumiane i odrzucane przez otoczenie (nawet jeśli to odczucia subiektywne). Podatni na tego typu przypodobanie się przez członków sekty są również nieletni uczący się poza miejscem zamieszkania. Zbór w początkowej fazie zastępuje im dom. Otrzymują w nim pomoc oraz bezwarunkową akceptację. Niezauważalnie wręcz sekta przenika do codzienności młodego człowieka. Następuje stopniowe emocjonalne uzależnienie się od niej. Kontakty z osobami spoza

<sup>33</sup> Patrz: Liga Wychowania Moralnego Młodzieży, Lorian Association, Ruch Brahma Kumaris Iswariya Vishwa, Transcendentalna Medytacja itd.

<sup>34</sup> Festiwal Ziemi – zorganizowany w Warszawie pod patronatem Ambasady Amerykańskiej, Amerykańskiej Agencji Informacyjnej, Ministerstwa Ochrony Środowiska, Zasobów Naturalnych i Leśnictwa.

<sup>35</sup> Wojciszke B., *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 1995, s. 99.



grupy stają się rzadkie lub zupełnie zanikają. Często nowicjusz nie zauważa przekroczenia granicy dającej mu pełnię praw do bycia regularnym członkiem grupy. Jakoby wchłania ona jednostkę w swoją strukturę. Adept traci swoją suwerenność i autonomię myślenia. Panuje ogólny zakaz wszelkich przejawów indywidualizmu. Dobrze jest tylko to co wspólne. Myślenie grupowe determinuje każdą czynność. Z czasem działanie na rzecz sekty staje się jedynym zadaniem człowieka. W imię zasady samowystarczalności następuje całkowita izolacja od świata zewnętrznego. Sekta korzysta z całego katalogu zasad i reguł psychologii społecznej, dynamizując uzależnianie się nowych członków od przynależności do niej<sup>36</sup>.

Wszystkie przedstawione wyżej informacje miały na celu uświadomienie czytelnikowi, jak silnemu, emocjonalnemu wpływowi poddawany jest człowiek wciągany w spiralę sekciarskiego półświatka. Najgorszym jednak jest fakt wykorzystywania przez strukturę sekty tego uzależnienia. W dużej mierze powodem, dla którego do sekty pozyskuje się nieletnich, jest komercyjne ich wykorzystanie lub niewolnicza, ciężka praca. „Miłosne łowy” to metoda sięgająca lat 70. XX w., polega ona na niczym innym niż na prostytuowaniu się młodych dziewcząt w ramach posługi bożej. Kobieta w tym układzie staje się przynętą, mężczyzna zaś rybą, chociaż praktykowano również relacje homoseksualne. Celem stosowanej techniki flirtu<sup>37</sup> było pokazanie każdemu napotkanemu bliźniemu, że Bóg go kocha. Często obok korzyści finansowych był to również sposób na pozyskanie nowych członków sekty<sup>38</sup>. Należy dodać, że przynależność do sekty ma charakter oczyszczający duszę oraz ciało. Stosowanie specjalnych diet niskokalorycznych, pozbawiających organizm składników odżywczych, wielogodzinne wykłady, medytacje oraz praca ponad siły to kolejne z metod podporządkowania sobie członków sekty. Wyczerpanie organizmu zaburza odbiór rzeczywistości, łatwiej jest wtedy przyswajać niespójne informacje.

W 2010 roku australijski dziennikarz Bryan Seymour przeprowadził śledztwo dotyczące poddawaniu niewolniczej pracy za niewielką opłatą małoletnich dzieci, członków ruchu scjentologicznego. Informatorem stał się były członek sekty, który opowiedział o swojej umowie o pracę podpisanej „na miliard lat”. Zmuszanie do pracy nieletnich jest stałą praktyką i opiera się na całkowitej ufności w słuszność stosowanych metod. Celowo pozbawia się młodych zdobywania umiejętności, które pozwoliłyby funkcjonować poza grupą, co skutkuje coraz silniejszym uzależnieniem się od niej. W sekcie utworzonej w 1955 roku o nazwie Gałąź Dawidowa stosowano doktrynę „duchowego małżeństwa”, która polegała na zbio-

<sup>36</sup> Wnęk J., *Socjotechniki i manipulacje sekt*, Uniwersytet Jagielloński, [http://www.eid.edu.pl/archiwum/2003,101/grudzien,194/socjotechniki\\_i\\_manipulacje\\_sekt,1550.html](http://www.eid.edu.pl/archiwum/2003,101/grudzien,194/socjotechniki_i_manipulacje_sekt,1550.html) [dostęp: 02.10.2016].

<sup>37</sup> Cornevin C., *Ukryte skarby sekt*, „Forum”, 2003, nr 49, s. 18–21.

<sup>38</sup> Łuszczynska J., *Manipulacja w sektach*, [w:] *ABC o sektach*, M. Gajewski (red.), Wydawnictwo Civitas Christiana, Kraków, 1999, s. 57.

rowych stosunkach seksualnych z nieletnimi, często za zgodą rodziców (również członków grupy). Dodatkowym źródłem dochodu stały się materiały pornograficzne, nagrywane przy tej okazji i rozpowszechniane w celach finansowych. Podobne praktyki stosowano w komunie wolnej miłości – Dzieci Boga. Ideologia sekty opierała się o zbawczą moc seksu z udziałem guru (był nim David Berg), bez limitu wieku i bez uwzględniania relacji rodzinnych (pedofilia i kazirodztwo). W czasie największego rozkwitu ruchu stworzono broszurkę dotyczącą procesu wychowania następcy guru. Praktykowane na nim metody wychowawcze w dużej mierze oparte były o pedofilię i inne praktyki seksualne. Już od lat niemowlęcych pobudzano go oralnie, zachęcano do oglądania i uczestnictwa w orgiach seksualnych. Informacje o wykorzystywaniu seksualnym dzieci docierały również z innych grup religijnych. „Mesjaszem” współczesnych czasów stał się hinduski Sai Baba, który wokół swojej osoby skupił nawet ok. 30 milionów wyznawców. Stacja BBC dotarła do byłych uczniów w/w, którzy opowiadali o pedofilskich praktykach duchownego. Przykładów komercyjnego wykorzystywania dzieci jest więcej. Leczenie modlitwą to jedna z metod ogłupiania społeczeństwa. Guru, posiadający nadprzyrodzoną moc sprawczą, leczy chorych z nieuleczalnych chorób. Śmiertelnymi ofiarami szarlatkańskich praktyk najczęściej stają się dzieci. Celowe zarażanie młodych organizmów szczepami różnych chorób, w celu praktykowania na nich leczniczej siły modlitwy to nic innego jak eksperymentowanie na ludzkim życiu. Jeśli dziecko przeżyło, służyło jako żywy dowód na działanie nadprzyrodzonych sił, a jego krew została upuszczana jako lekarstwo dla chorych i cierpiących. Wiele takich praktyk kończyło się jednak śmiercią dziecka<sup>39</sup>.

Niewiele jest danych dotyczących praktyk stosowanych w zamkniętych enklawach sekciarskiego świata. Większość informacji pochodzi od byłych wyznawców, którzy porzucili całe swoje życie, aby uciec. Często w nieznaną, bo sekta celowo ogranicza, bierze, ale nie daje nic w zamian. Strach przed światem zewnętrznym i brak umiejętności poruszania się w nim to jedyny spadek po często wielu latach zniewolenia. Ciężko jest wystąpić z sekty, a często okazuje się to zupełnie niemożliwe<sup>40</sup>.

Wszystkie przedstawione w niniejszym artykule fakty zostały w sposób celowy okrojone z opisów wielu cierpień, bólu, tęsknot i łez, jakie zostały wylane gdzieś w samotności przez niejedno skrzywdzone dziecko. W trakcie pisania tego opracowania (7 dni) gdzieś w Polsce 44 dzieci zostało wykorzystanych seksualnie w celach komercyjnych<sup>41</sup>.

<sup>39</sup> Kuncewicz D., *Sekty. Przedmiot fascynacji i zagrożeń*, Warszawa, CMPPP MEN, 2000.

<sup>40</sup> Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji. Międzyresortowy Zespół do Spraw Nowych Ruchów Religijnych, *Raport o niektórych zjawiskach związanych z działalnością sekty w Polsce*, Warszawa, 2000.

<sup>41</sup> Raport o stanie zagrożenia demoralizacją i przestępczością nieletnich w 2000 roku, *Przestęp-*

## BIBLIOGRAFIA

- Broughton D.D., *Child exploitation in the 21st century*, „Pediatrics and Child Health”, 2009, Volume 19, Supplement 2, s. 197.
- Carr J., *Child abuse, child pornography and the internet*, NCH, 2004, [www.nch.org.uk](http://www.nch.org.uk) [dostęp: 29.09.2016].
- Cornevin C., *Ukryte skarby sekt*, „Forum”, 2003, nr 49, s. 18–21.
- Dziecko w Sieci*. Gemius S.A., FDN, styczeń 2006, badani: dzieci 12–17 lat (N=1779), [http://fdds.pl/baza\\_wiedzy/2006-kontakt-dzieci-niebezpiecznymi-tresciami-internecie/](http://fdds.pl/baza_wiedzy/2006-kontakt-dzieci-niebezpiecznymi-tresciami-internecie/) [dostęp: 27.09.2016].
- Fenik K., *Problem handlu dziećmi w Polsce i na świecie*, Fundacja Dzieci Niczyje, 2011.
- Górny G., *Czas pracuje dla pedofilów?*, „Rzeczypospolita”, 16.09.2008 r.
- Guerreschi C., *Nowe uzależnienia*, Kraków, Wydawnictwo Salwator, 2009, s. 10–11.
- ILO Action Against Trafficking in Human Beings*, International Labour Organisation Geneva, 2008.
- Jankowska M., *Psychomanipulacja jako technika werbunku wykorzystywana przez sekty oraz ich fasadowe organizacje*, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn, 2012.
- Kodeks Karny, Art. 202 Ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. (Dz.U. z 1997 Nr 88, poz. 553 z zm.).
- Kuncewicz D., *Sekty. Przedmiot fascynacji i zagrożeń*, Warszawa, CMPPP MEN, 2000
- Łuszczynska J., *Manipulacja w sektach*, [w:] *ABC o sektach*, M. Gajewski (red.), Wydawnictwo Civitas Christiana, Kraków, 1999, s. 57
- Makaruk K., Wójcik Sz., (red.), *EU NET ABD – Badanie nadużywania Internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, Warszawa, Fundacja Dzieci Niczyje, 2012 r.
- Matzke M., *Prostytucja dziecięca: mało liczb i faktów, ale problem jest*, <http://www.dw.com/pl/prostytucja-dzieci%C4%99ca-ma%C5%82o-liczb-i-fakt%C3%B3w-ale-problem-jest/a-16998980> [dostęp: 30.09.2016]
- Organised Crime Threat Assessment, EUROPOL, OCTA 2011EU, European Police Office*, 2011.
- Polak Z., Różycka M., Marańda M., Szelań M. (red.), *Zagrożenia internetowe. Wybrane zjawiska*, Warszawa, Wydawnictwo NASK, 2015.
- Raport o niektórych zjawiskach związanych z działalnością sekty w Polsce*, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji. Międzyresortowy Zespół do Spraw Nowych Ruchów Religijnych, Warszawa, 2000.
- Raport o stanie zagrożenia demoralizacją i przestępczością nieletnich w 2000 roku, Przestępstwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajności*, Biuro Koordynacji Służby Prewencyjnej Komendy Głównej Policji.
- Siemaszko A., *Granice tolerancji. O teoriach zachowań dewiacyjnych*, Warszawa, PWN, 1993, str. 132-154

---

*stwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajności*, Biuro Koordynacji Służby Prewencyjnej Komendy Głównej Policji.

- Słownik języka polskiego, <http://sjp.pwn.pl/sjp/komercja;2564011> [dostęp 24.09.2016].
- Szulc A., *Prostytucja dziewczynynek*, „Przekrój”, 2007, nr 38 (20.IX).
- The Center for Internet Addicton, <http://netaddiction.com/internet-addiction-test/> [dostęp: 24.09.2016].
- US Department of Defense's National Strategy for Military Operations in Cyberspace (2006), cyt. za: R.J. Deibert, R. Rohozinski, *Risking security: policies and paradoxes of cyberspace security*, „International Political Sociology”, 2010, Volume 4, s. 15.
- Ustawa z dnia 20 maja 2010 r. o zmianie ustawy – Kodeks karny, ustawy o Policji, ustawy – Przepisy wprowadzające Kodeks karny oraz ustawy – Kodeks postępowania karnego, Dz.U. Nr 98, poz. 626.
- Winkelman Ch. (red.) *World Health Organization. Standardy edukacji seksualnej w Europie. Podstawowe zalecenia dla decydentów oraz specjalistów zajmujących się edukacją i zdrowiem*, Biuro Regionalne WHO dla Europy i BZgA., Federalne Biuro ds. Edukacji Zdrowotnej w Kolonii (BZgA), Program Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju (UNDP), 2012 r..
- Witkowski T., *Psychomanipulacje. Jak je rozpoznać i jak sobie z nimi radzić*, Wrocław, Biblioteka Moderatora, 2004, s. 31–34.
- Wnęk J., *Socjotechniki i manipulacje sekt*, Uniwersytet Jagielloński, [http://www.eid.edu.pl/archiwum/2003,101/grudzien,194/socjotechniki\\_i\\_manipulacje\\_sekt,1550.html](http://www.eid.edu.pl/archiwum/2003,101/grudzien,194/socjotechniki_i_manipulacje_sekt,1550.html) [dostęp: 02.10.2016].
- Wojciszke B., *Psychologia miłości*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 1995, s. 99.
- Wolak J., Mitchel K., Finkelhor D., *Internet Sex Crimes Against Minors. The Response of Law Enforcement*, Crimes Against Children Research Centre, University of New Hampshire, 2003, [www.missingkids.com](http://www.missingkids.com) [dostęp: 27.09.2016].

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Zapobieganie uwodzeniu w sieci.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Dostrzeżenie zagrożeń, płynących z zawierania znajomości za pośrednictwem Internetu.

### 4. Cele szczegółowe:

- Podniesienie samooceny uczestników,
- Dokonanie analizy powodów dla których młodzi ludzie decydują się na zawieranie tego typu znajomości,
- Wykrycie negatywnych stron relacji zawieranych wirtualnie.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Wprowadzenie pojęć samoakceptacji, szacunku, własnej wartości.
- Wyjaśnienie wpływu poczucia własnej wartości na zawieranie związków partnerskich.
- Omówienie dynamiki procesu dojrzewania.
- Przedstawienie zasad uwodzenia przez Internet oraz negatywnych stron zjawiska.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Mini-wykład,
- Pogadanka,
- Warsztaty,
- Burza mózgów,
- Gra symulacyjna,

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Kłębek wełny,
- Kolorowe kartki samoprzylepne - małego formatu,
- Kolorowe markery,

- Kilka żywych róż,
- Arkusze szarego papieru,
- Laptop (opcjonalnie projektor).
- Załącznik nr 1 – Dwyer D., Wprowadzenie do psychologii. Psychologia społeczna, *Bliskie relacje interpersonalne*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk, 2005 r.
- Załącznik nr 2 - Filmik ze strony Fundacji Dzieci Niczyje (historia Pauliny) - <https://www.youtube.com/watch?v=TETojzBHQT0>

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Ćwiczenie z wełną ma na celu rozluźnienie atmosfery oraz integrację uczestników
Metody realizacji	Gra zespołowa
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Karteczki samoprzylepne
Czynności prowadzącego	Prowadzący przedstawia się grupie umieszczając swoje krzesło w okręgu. Prowadzący zaczynając od siebie rzuca motek wełny -nie puszczać tym samym jego początku. Każdy, kto dostanie kłębek musi powiedzieć o sobie kilka zdań
Czynności uczestników	Każdy z uczestników otrzymuje samoprzylepną kartkę na, której zapisuje swoje imię. Następnie nakleja ją na ubraniu. Grupa zawiera między sobą słowną umowę, dotyczącą prawa do wypowiedzi oraz poszanowania zdania innych
Uwagi realizacyjne	Kartki z imionami pozwolą na swobodną interakcję między grupą, a prowadzącym. Z uwagi na intymny charakter zajęć, konieczne będzie zbudowanie atmosfery zaufania Krzesła ustawione w półokręgu.

Treści kształcenia	Wprowadzenie pojęć samoakceptacji oraz szacunku własnej wartości, wyjaśnienie wpływu poczucia własnej wartości, na zawieranie związków partnerskich a także mówienie dynamiki procesu dojrzewania
Metody realizacji	Gra symulacyjna oraz mini-wykład
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Róża

Czynności prowadzącego	<p>Przed zajęciami powinien zapoznać się z treściami z zał. nr 1.</p> <p>Prowadzący „puszcza w obieg” różę. Prosi każdego z uczestników, aby docenił jej walory, starał się jak największą ilością zmysłów docenić jej piękno. Zezwala ‘wziąć’ kawałek dla siebie, w konsekwencji czego zostaje tylko łydyga. Róża wygląda nieestetycznie. Następnie prosi, aby ją „naprawić” - doprowadzić do stanu początkowo. Pyta uczestników, kto z nich chciałby dostać teraz to co zostało z róży</p>
Czynności uczestników	<p>Każdy uczestnik po trzymaniu róży w ręce, opisuje ją, opowiada co czuł, gdy posiadał ją w dłoni</p>
Uwagi realizacyjne	<p>Ćwiczenie ma na celu uświadomienie uczestnikom jak krucha jest delikatność. Następujące porównanie róży do kobiety, która prezentuje swoje wdzięki. Wszyscy, wówczas podziwiają ją za walory zewnętrzne. Każdy chciałby ją posiadać tylko dla siebie. Jeżeli pozwoli ona na to, aby oddać się w ręce każdego, kto o to poprosi, z czasem stanie się jak ta róża. Kobieta, która ‘rodzaje’ swoje ciało, nie staje się źródłem fascynacji. Z czasem traci na wartości i wówczas nikt jej nie pożąda.</p> <p>Należy wskazać, że wielu używając manipulacji i podstępów, próbuje uwieść i wykorzystać młodą osobę w celach seksualnych</p>

Treści kształcenia	<p>Przedstawianie zasad uwodzenia przez Internet oraz negatywnych stron zjawiska</p>
Metody realizacji	<p>Warsztaty - praca w grupach, burza mózgów</p>
Czas trwania	<p>30 minut</p>
Materiały do zajęć	<p>Zał. nr 2 (filmik)</p>
Czynności prowadzącego	<p>Prowadzący uruchamia film - historię Pauliny, nastolatki uwiedzionej w Internecie.</p> <p>Po obejrzeniu filmu prosi grupę o przedstawienie refleksji dotyczących treści w nim przedstawionych. Starannie wyjaśnia grupie, że film ma wyposażyć ich w wiedzę dotyczącą zjawisk patologicznych w sieci. Prowadzący powinien naprowadzić grupę na fakt, że zaistniało wiele przesłanek informujących o nieczystych intencjach chłopaka przedstawionego w opowieści Pauliny</p>
Czynności uczestników	<p>Grupa dzieli się na ‘jedyńki’ i ‘dwójki’, każda grupa otrzymuje kolorowe markery oraz arkusz szarego papieru. Następnie wszyscy oglądają film. Uczestnicy przygotowują swoje pomysły na temat tego, w jaki sposób Paulina mogła zabezpieczyć/ustrzec się przed sytuacją jaką ją spotkała</p>
Uwagi realizacyjne	<p>Należy podkreślić, że każdy z nas ulega na co dzień różnym wpływom społecznym. Sprawcy wykorzystywania są specjalnie do tego celu szkoleni. Sala z laptopem, projektorem i głośnikami</p>

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć - ewaluacja
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Telefon komórkowy (osobisty) uczestnika
Czynności prowadzącego	Prowadzący zachęca uczestników do ujawnienia jakie informacje znalazłby przestępca, gdyby miał dostęp do telefonów komórkowych. Po wykonaniu ćwiczenia, prowadzący prosi, aby każdy z uczestników wypowiedział się na temat swoich odczuć dotyczących zajęć
Czynności uczestników	Uczestnicy odpowiadają na pytanie prowadzącego dotyczące 'zawartości' telefonów komórkowych a także dzielą się swoimi przemyśleniami i refleksjami
Uwagi realizacyjne	Końcowe ćwiczenie ma na celu uświadomienie uczestnikom jak wiele ujawniamy osobom obcym. W amoku dzielenia się każdą informacją w sieci, zapominamy o własnym bezpieczeństwie

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Rozumowa podsumowująca (rundka)



Ewa Kaniewska - Mackiewicz

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## **ISTOTA PRZYJAZNEJ, BEZPIECZNEJ SZKOŁY W KSZTAŁCENIU DZIECI I MŁODZIEŻY O SPECJALNYCH POTRZEBACH EDUKACYJNYCH**

### **Wprowadzenie**

Motyle, motylki... Czas narodzin dziecka to zarazem czas wielkiej radości, czas cudu. Na świecie pojawia się nowy człowiek, a czekający na niego rodzice pragną przywitać swoje dziecko, pragną także, aby było zdrowe, mądre, piękne. Towarzyszą swojemu dziecku w okresie wzrastania. Z upływem czasu dziecko rozpoczyna swoją pierwszą przygodę edukacyjną – najpierw w przedszkolu, potem w szkole. Duża liczba dzieci przechodzi przez kolejne szczeble edukacji, wspina się po ścieżce kształcenia, a z czasem podejmuje studia. Są jednak i takie, które już od początku swojego życia potrzebują szczególnego wsparcia i pomocy w rozwoju oraz edukacji. Są również takie, które w miarę rozwoju, często w okresie podejmowania edukacji szkolnej, przysparzają rodzicom i nauczycielom nie lada zmartwień. Zatraskani rodzice nie wiedzą, jak i gdzie szukać pomocy, mają nierzadko poczucie osamotnienia. Narastające problemy nie zawsze scalają rodzinę, bywa, że codzienne konflikty dotyczące kwestii opieki nad dzieckiem z zaburzeniami, dzieckiem chorym czy niepełnosprawnym stają się przyczynkiem do rozstania rodziców, a wychowanie dziecka i opieka nad nim pozostaje w rękach jednego z nich. Te dzieci także z czasem rozpoczynają swoją przygodę z nauką, jednak wygląda ona inaczej niż w przypadku ich zdrowych kolegów i koleżanek ze szkolnej ławy. Okazuje się, że szkoła nie zawsze potrafi odpowiadać na potrzeby wszystkich dzieci, a przecież wszystkie one są cudem życia, wszystkie są wspaniałe i wszystkim im należy się dostosowanie wymogów i sposobów nauczania, opieki, wychowania w zależności od rozpoznanych potrzeb.

W swojej pracy pragnę pochylić się nad wyjątkowymi dziećmi. Dziećmi, które wyglądają pięknie, niczym na pozór nie różnią się od innych dzieci, a jednak... charakteryzują się licznymi problemami w obszarze zaburzeń zachowania, niskim poczuciem wartości, brakiem motywacji i wiary we własne możliwości. Dziećmi

z zaburzeniami rozwojowymi, które wszak nie są winne temu, iż mają „katar” na zwykłe metody nauczania. Dziećmi chorującymi na choroby psychiczne.

W pierwszym rozdziale pracy przedstawię problematykę związaną z codziennym funkcjonowaniem wymienionych powyżej grup dzieci, ze szczególnym uwzględnieniem kwestii edukacji w szkole. W kolejnym poruszę wątki wskazujące na rosnący problem depresji dzieci i młodzieży. Dalej swoje rozważania skupię na oddziaływaniach szkoły na rzecz tej grupy odbiorców, w tym dostosowaniu metod nauczania do indywidualnych problemów, potrzeb oraz zainteresowań dzieci. Wskażę również na istotę edukacji w zakresie kompetencji społecznych dzieci / rodziców / nauczycieli / dyrektorów szkół. Poruszę także problematykę efektywnej współpracy pracowników szkoły z rodzicami na rzecz wspólnego dobra dziecka. Na koniec zaproponuję rozwiązania dotyczące budowania, pielęgnowania i funkcjonowania szkoły przyjaznej, bezpiecznej, otwartej i tolerancyjnej dla wszystkich uczęszczających tam dzieci.

Niniejsza praca sygnalizuje problem edukacji wybranych grup dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych, problem otwartości na nie szkoły. Praca niewątpliwie nie wyczerpuje wszystkich zagadnień z zakresu tej tematyki, jej głównym celem jest refleksja i – mam nadzieję – idące za nią konkretne rozwiązania.

### **Oblicza człowieczeństwa – różnimy się od siebie**

Obecnie coraz częściej mamy do czynienia z problematyką dzieci, które na pierwszy rzut oka niczym się nie różnią od siebie, jednak ich zachowanie w domu i szkole przysparza wielu trudów zarówno rodzicom, jak i nauczycielom. Wśród nich są dzieci z zaburzeniami zachowania, zaburzeniami rozwojowymi, chorujące na choroby psychiczne. Dzieci i młodzież z tego grona to wspaniali ludzie, którzy posiadają niejednokrotnie niezwykły potencjał, także edukacyjny. Jednak ich potrzeby są szczególne, wymagają przede wszystkim uważności, wiedzy, umiejętności i chęci stworzenia odpowiedniego kontekstu sytuacji, który pozwoli im ten potencjał wykorzystać. W odbiorze społecznym niestety jest tak, że sugerujemy się najczęściej tym, co widzimy. Zatem gdy spotykamy osobę np. z niepełnosprawnością ruchową, dostrzegamy, że należy jej pomóc. Jest także dla nas oczywiste, że ona tej pomocy potrzebuje, bo jakże np. ma wejść do klasy na I piętrze, jeżeli po drodze będą jedynie schody, bez możliwości wjazdu windą. Natomiast w sytuacji, gdy np. jesteśmy świadkami niewłaściwego zachowania dziecka w postaci krzyku, przekleństw, nieposłuszeństwa i żądań w stosunku do rodziców, uważamy, że oto właśnie mamy do czynienia z dzieckiem „niewychowanym”, zaś rodzic wyraźnie nie przykłada się, pisząc ogólnie, do wychowywania swojego dziecka, jest niekompetentny w tej kwestii. Często opinie takie dzielają nie tylko przypadkowi

świadkowie owych „dramatycznych scen”, ale także nauczyciele w szkole. Jak to jest, że z „pozycji fotela” sami sobie udzielamy zezwolenia na ocenę innych i przekonanie, że w podobnej sytuacji poradzilibyśmy sobie zdecydowanie lepiej. Ów krytycyzm, nierzadko niewybredne komentarze, nie przynoszą żadnej korzyści dla dziecka i jego opiekunów / rodziców. Pogłębiają jedynie problem, przyczyniając się niejednokrotnie do zaniżenia poczucia wartości rodziców, zepchnięcia na nich całej odpowiedzialności i winy za to, że ich dziecko zachowuje się niewłaściwie. Tak trudno uwierzyć nam w problem, kiedy nie możemy dostrzec go własnymi oczami. A przecież poważnej choroby psychicznej, jaką jest depresja, także często „nie widać” wprost.

Zaburzenia zachowania typu ADHD związane są z trzema obszarami: impulsywnością, nadruchliwością oraz obniżoną umiejętnością koncentracji uwagi. Dwa pierwsze są charakterystyczne dla chłopców, u dziewczynek natomiast dominuje obniżona koncentracja<sup>1</sup>.

Impulsywność i nadruchliwość. Krzysiek jest uczniem I klasy gimnazjum. Trudno jest mu wysiedzieć w ławce na lekcji, wierci się i kręci, ale nowa pani ze szkoły nie rozumie jego potrzeby ruchu. Próbuje wytłumaczyć mu, że już za 10 minut będzie przerwa. Mówi spokojnie, ale też nie dopuszcza możliwości wyjścia ucznia z ławki – przecież Krzysiek jest inteligentnym, całkiem już dużym chłopakiem, powinien zatem zrozumieć i odczekać jeszcze te 10 minut. Po pięciu minutach rosnąca w nim złość i bezsilność z powodu znalezienia się „w potrzasku”, w sytuacji braku ruchu sprawia, że nie wytrzymuje, obraca się i uderza, raz, tylko raz, wystarczy... Zosia płacze... Pani wymierza Krzyskowi karę, która upokarza chłopaka i przykleja kolejną łatkę „łobuza”. Krzysiek nie chciał jednak skrzywdzić swojej koleżanki, jego agresywne zachowanie wynikało z impulsywności i braku dostosowania sytuacji szkolnej do jego potrzeb, nie było zaplanowane, celowe, jak to bywa w przypadku agresji socjalizowanej. Przecież nie każemy osoby przeziębionej za to, że ma katar i wyciera nos. Nie karzemy za objawy, a jednak...

Każdy z nas był kiedyś przeziębiony. Pierwszy etap kataru – wzmożona potrzeba ciągłego wycierania nosa. Jednak dostajemy komunikat: nie wycieramy nosa, mamy wytrzymać, tylko 10 minut... Wytrzymaliśmy kilka minut, ale potem z naszego nosa spływa katar, którego nie jesteśmy w stanie powstrzymać, odruchowo próbujemy go zetrzeć, czymkolwiek... bo przecież chusteczka zakazana...

Brak koncentracji uwagi. Ola siedzi na lekcji obok otwartego okna, za którym co rusz przejeżdżają samochody, brzęczą leniwie opasłe muchy, ot, za chwilę lato. Ola próbuje skupić się na zadaniu z matematyki, ale w żaden sposób nie może

---

<sup>1</sup> KOŁAKOWSKI A., WOLAŃCZYK T., PISULA A., SKOTNICKA M., BRYŃSKA A., *ADHD Ze-spół nadpobudliwości psychoruchowej. Przewodnik dla rodziców i wychowawców*, Sopot, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2012, s. 22–28.

zrozumieć tego, co czyta, bo co chwilę rozpraszają ją kolejne dźwięki, zapachy, kolory, ruch – nadmiar bodźców dookoła. Jeszcze na dodatek na stole pani nauczycielki, tuż przed nosem Oli, stoi piękny kolorowy bukiet kwiatów i tyle ciekawych rzeczy do oglądania. Jak w tej sytuacji skupić się na zadaniu. Jednak pani naciska: „gdybyś się tylko postarała, przecież mogłabyś się przyłożyć i rozwiązać to proste zadanie, za chwilę będzie przerwa, postaraj się”.

Czy zdarzyło się wam kiedyś być w tłumie ludzi, w szczytce dnia w centrum miasta. Gwar momentami nie do zniesienia, trudno doprawdy się skupić, a po pewnym czasie głowa zaczyna boleć, czujemy się osaczeni, a nasze poczucie bezpieczeństwa jest mocno zagrożone. Uciekamy w ciszę, uciekamy tam, gdzie możemy odpocząć, gdzie wszystko jest spokojne, jasne i bezpieczne.

Oba opisy to jedynie krótkie przykłady tego, z czym muszą się mierzyć w szkole osoby z ADHD. A jednak pomimo wiedzy wciąż nie potrafimy ich zrozumieć. Wciąż brakuje umiejętności dostrzegania potrzeb tej grupy dzieci, młodzieży, wyjścia naprzeciw ich potrzebom, dopasowania metod nauczania, środków dydaktycznych. Niejednokrotnie spotykam się z obawą nauczycieli, że zgoda na wyjście z ławki dla jednego ucznia przyczyni się do dezorganizacji zajęć, a przecież podstawę programową trzeba realizować i niejednokrotnie „gonić”. Jednak w przypadku opisanych powyżej incydentów podstawa programowa i tak będzie musiała „poczekać”.

Zaburzenia zachowania typu OOD, zachowania opozycyjno-buntownicze. Te zachowania są szczególnie trudne dla otoczenia, a ogląd i osąd społeczny zmagających się z nimi dzieci i młodzieży jest jednoznaczny – „to łobuzy”. System radzenia sobie z takimi osobami zazwyczaj budowany jest w oparciu o kary, coraz bardziej dotkliwe z punktu widzenia nauczycieli i – jak się okazuje – coraz bardziej obojętne dla ucznia. Samo słowo „kara” odbierane jest jako pewne ciążenie, przymus, forma motywacji zewnętrznej, a zatem takiej presji, która wymusza podporządkowanie. Jednak właśnie w przypadku tych uczniów taka metoda zaradcza budzi jedynie coraz większy sprzeciw, bunt i chęć odwetu. Za każdym razem, kiedy uczeń słyszy, że jest łobuzem, wtlacza się go w rolę bycia nim, zaś spirala przypisanej roli wzmacnia się z każdym kolejnym takim potraktowaniem. W ten sposób zamiast zredukować niewłaściwe społecznie zachowania – przyczyniamy się jedynie do ich wzrostu. Jak sobie radzić? Przede wszystkim warto słowo „kara” zamienić na „konsekwencje”, które są jedynie następstwem pewnych zdarzeń, nie mają w sobie konotacji presji, „ciążenia”. Ucznia, w którym wszyscy widzą już tylko łobuza, a on sam tkwi w tej roli, trzeba „odczarować”, nadając mu znaczenie, przypisując np. rolę asystenta na lekcji lub eksperta w danej dziedzinie. Ot, taka sztuka nauczania.

Dobłą egzemplifikacją problemów, z jakimi borykają się opisane powyżej grupy dzieci, może być pewna historyjka.

Czy to bajka czy nie bajka? Dawno, dawno temu żył sobie Profesor Empatia. Miał uczniów, wychowanków, których los ciężko doświadczył. Profesor zaopiekował się nimi i stworzył dla nich Dom Radości, w którym wspólnie żyli i uczyli się życia. Pewnego dnia przybył do nich nowy kolega Piotrek. Od tego czasu w Domu Radości ciągle zdarzały się kradzieże, a wszyscy domyślali się, kto jest ich sprawcą. Profesor Empatia długo zastanawiał się, co powinien być zrobić w tej sytuacji. Pewnego dnia zaprosił do siebie Piotra i rzekł: „Piotrze, mam dla Ciebie wielką sprawę – prośbę. Otóż jestem chory, źle się czuję, a trzeba dziś do miasteczka jechać po zakupy, bo dzieci głodne, a zapasy jedzenia się kończą. Wiesz Piotru, ja długo zastanawiałem się komu mogę powierzyć to zadanie, bo trzeba tu nie lada obrotności, no i uczciwości. Wtedy pomyślałem o Tobie... Ufam, że sobie poradzisz, że mnie nie zawiedziesz”. Profesor dał listę zakupów i pieniądze. Po kilku godzinach Piotrek wrócił, rozliczył się z reszty pieniędzy. Wszystkie zakupy zaniósł do Domu. Profesor serdecznie podziękował mu za pomoc, powtarzając, że wierzył od początku, iż chłopak poradzi sobie z tym zadaniem. Piotrek wrócił do swoich spraw, a kradzieże... ustały. Po około 2 tygodniach Piotrek poszedł porozmawiać ze swoim Profesorem. Usiadł na brzegu krzesła, jakby bał się reakcji Profesora i rzekł: „Panie Profesorze, ja chciałem przyznać się do czegoś. Bo te kradzieże, hm... to ja kradłem. Ale po co miałem być inny, ciągle tylko słyszałem «łobuz», «złodziej», «do niczego się nie nadajesz». To po co miałem się zmieniać. Pan pierwszy we mnie uwierzył, pan pierwszy mi zaufał”. Profesor Empatia uśmiechnął się, poklepał chłopaka po ramieniu, czuł, że udało mu się „odczarować” swojego ucznia.

Kolejna grupa dzieci i młodzieży, na którą pragnę zwrócić uwagę, to uczniowie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (autyzm oraz zespół Aspergera – zgodnie z klasyfikacją DSM-V<sup>2</sup>). Duża część z nich to uczniowie szkół powszechnie dostępnych, część uczęszcza do klas lub szkół integracyjnych, pewna grupa do szkół specjalnych. Funkcjonowanie ich charakteryzuje triada objawów: problemy w relacjach społecznych, w komunikacji oraz w zachowaniu<sup>3</sup>. Umiejętność nawiązywania dobrych relacji społecznych to podstawa m.in. koleżeństwa, pierwszych przyjaźni budowanych w szkole, ale także podstawa relacji z nauczycielem, a w przyszłości z pracodawcą. Niestety w przypadku zaburzeń ze spektrum autyzmu uczniowie mają olbrzymi problem z nawiązywaniem relacji społecznych. W przypadku uczniów z rozpoznany autyzmem występują liczne deficyty w obszarze mowy werbalnej. Zespół Aspergera jest w tym obszarze bardziej łaskawy. Tacy uczniowie zazwyczaj mówią poprawnie, ba, bywa, że mówią bardzo dużo i stosują wyszukane, specjalistyczne słownictwo z dziedziny, która

---

<sup>2</sup> *Klasyfikacja DSM V*, <https://pl.wikipedia.org/wiki/DSM-5> [dostęp: 29.09.2016].

<sup>3</sup> LEMAŃSKA A., *Model pracy z uczniem z autyzmem*, [w:] *Podniesienie efektywności kształcenia uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnym. Materiały dla nauczycieli*, Warszawa, MEN, 2016, s. 217–222.

ich interesuje. Sprawiają przez to wrażenie swoistych geniuszy i wyraźnie odstają od grupy kolegów i koleżanek ze szkolnej ławy. Zwłaszcza, że ich specjalistyczne, wąskie zainteresowania przyczyniają się do tego, iż nie chcą podejmować rozmów na inny temat. Problem w komunikacji sprawia także mowa niewerbalna. Utrudnione jest zazwyczaj nawiązywanie kontaktu wzrokowego, a przede wszystkim umiejętność rozpoznawania emocji i wczuwania się w emocje innych. Uczeń sprawia wrażenie, jakby nie interesowali go inni koledzy, często nie pamięta nawet ich imion. Rola nauczyciela-przewodnika jest tu nieoceniona. Niezwykle cenna jest jego umiejętność budowania małymi krokami relacji z takim uczniem oraz integrowania go z grupą. Wszak spójna klasa to klasa pracująca efektywniej. Uczniowie z zaburzeniami ze spektrum autyzmu mają olbrzymi problem w kwestii naśladownictwa, a przecież modelowanie to jeden ze sposobów przekazywania wiedzy. Bywa także, że zamieniają zaimki „ja” i „ty”, przez co nie są czytelni dla swoich rozmówców.

Zachowania stereotypowe są częścią ich świata. Przyzwyczajenie do miejsca, krzesła, stolika, do określonego planu dnia, do znanego już nauczyciela, potrzeba uporządkowania, harmonii, przewidywalności dają im poczucie szczególnego bezpieczeństwa. Ta potrzeba nie jest wymysłem owych uczniów, nie jest fanaberią czy uprzykrzaniem życia nauczycielowi. Jest częścią zaburzenia, które będzie im towarzyszyło przez całe życie. Jeżeli ta potrzeba zostanie uszanowana, nauczyciel na lekcji zaoszczędzi wszystkim uczniom szeregu trudności. Uczeń z zespołem Aspergera przesadzony nagle do innej ławki, bez wcześniejszej informacji, może zareagować zachowaniem agresywnym lub autoagresywnym. Jest to przykład agresji impulsywnej, nienastawionej na cel skrzywdzenia kogoś (podobnie jak w ADHD). Dlatego właśnie uczniowie z tej grupy zaburzeń mają zdecydowanie większy problem z adaptacją do nowych sytuacji w porównaniu ze swoimi kolegami. Większość tych uczniów ma także zaburzenia przetwarzania w obrębie integracji sensorycznej. Zdarzają się uczniowie z nadwrażliwością na światło, dźwięki, na dotyk, smaki czy zapachy. Mogą również mieć problemy z równowagą, koordynacją wzrokowo-ruchową, która wszak jest niezbędna w szkole do nauki pisania i czytania. Ci nadwrażliwcy będą reagować chęcią ucieczki lub agresją impulsywną na wszelkie nadmierne w ich odczuciu bodźce.

Druga grupa uczniów ze współwystępującymi zaburzeniami w obszarze integracji sensorycznej będzie z kolei poszukiwać silnych bodźców, które mogą być dla nich niebezpieczne. Nauczyciel znający ich problem i idące za tym sposoby zachowań może zapobiec licznym trudnym sytuacjom. Wyobraźmy sobie salę gimnastyczną i rozgrywki międzyklasowe. Uczeń z ZA, z nadwrażliwością na hałas i światło, nie będzie chciał uczestniczyć w takich zajęciach – ale wiadomo, że wszyscy „muszą”. Siedząc na ławeczce, wytrzyma, trudno niestety przewidzieć, jak długo. Ryzyko wyborów podejmowane przez nauczycieli w pracy

z takimi uczniami przypomina czasem grę w rosyjską ruletkę – uda się albo nie. Jednak odpowiedzialność za skutek niewłaściwego zachowania ponosi uczeń. Bo przecież wygląda tak jak wszyscy, zatem powinien zachowywać się jak wszyscy, zrozumieć, bardziej się postarać. On jednak – jakby robiąc nauczycielowi na złość – nie chce się starać. W dodatku trzeba koniecznie zakomunikować rodzicowi, że uczeń dziś uderzył, że nie słuchał, że się wiercił, że coś trzeba z nim zrobić. Do tego nierzadko dołączają inni rodzice, którzy spoglądając „z góry”, stwierdzają, że dziecko jest po prostu niewychowane.

Proponuję, Drogi Czytelniku, ćwiczenie: wyobraź sobie, że jesteś uczniem; spójrz na wybrany jasny punkt, lampę lub słońce, włóż na uszy słuchawki i włącz cokolwiek bardzo głośno (niekoniecznie swoją ulubioną muzykę). Jak długo uda się wytrzymać w takich warunkach? A jeżeli jeszcze poproszę Cię, abyś przygotował w myśli opowiadanie na wybrany temat? Oczy coraz bardziej pieką, bołą, łzawią i „cały Ty” masz już dość hałasu, który słyszysz. W dodatku masz skoncentrować się na opowiadaniu. Odczuwasz narastający ból i złość, czujesz, że zrobisz wszystko, aby uciec od tej sytuacji. W końcu nie wytrzymujesz, zrywasz z uszu słuchawki, zamykasz oczy, odczuwasz ulgę... Słyszysz jednak, że jeszcze nie czas na odpoczynek, że przerwa będzie za 10 minut, że masz jeszcze wytrwać. Znowu każą patrzeć w słońce, zakładają słuchawki i jeszcze pytają o opowiadanie, które miałeś ułożyć. Jak długo wytrzymasz? Nie wytrzymujesz, krzyczysz, uderzasz – wszystko jedno w kogo lub co, w cokolwiek, co jest obok Ciebie. Czujesz ulgę, ale też potworny ból, nienawidzisz szkoły. Drogi Czytelniku, tak czują się uczniowie z nadwrażliwością sensoryczną, uczniowie z zespołem Aspergera. Taki jest ich świat i trud codziennych zmagania w szkole. Oni nie są temu winni i nie robią na złość nauczycielowi, po prostu nie mogą skupić się w takich okolicznościach. Jeżeli nauczyciel to zrozumie i nauczy się z nimi współpracować, może okazać się, że ma w klasie przyszłego olimpijczyka. Wszak są wśród tych uczniów tacy, którzy inteligencją znacznie przewyższają swoich rówieśników. Dajmy im szansę rozwinąć skrzydła, nie pozwólmy, aby ich potencjał został zdeptyany brakiem uważności, dajmy też szansę sobie, aby to zauważyć.

Choroby psychiczne to szczególnie trudny temat. Unikamy go, uciekamy od niego i wstydzimy się. Niestety wśród uczniów szkół są takie osoby, które na co dzień zmagają się z chorobą psychiczną, niewidoczną przecież na zewnątrz. Cały koszmar tej choroby dzieje się w głowie ucznia. Jedną z częściej występujących chorób jest schizofrenia paranoidalna, charakteryzująca się cyklicznie występującymi objawami wytwórczymi pod postacią omamów i urojeń. W przypadku trudnego przebiegu tej choroby uczniowie kończą edukację w formie nauczania indywidualnego. Są jednak i tacy, którzy uczęszczają do zwykłych szkół, zaś ich rodzice, chcąc, aby byli bezpieczni wobec osądu społecznego, często ukrywają także przed nauczycielami prawdziwy powód dziwnych zachowań ich dziecka. Ponieważ choroba ta poniekąd ma tyle twarzy, ile osób na nią chorujących, róż-

nie wygląda także ścieżka edukacyjna tych uczniów. Są wśród nich osoby mające orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego, w których jasno wskazane są metody pracy oraz wytyczne dotyczące procesu kształcenia, informacje dla szkoły i rodziców. Z uwagi na wciąż funkcjonujące w naszym społeczeństwie myślenie stereotypowe, na stygmatyzację osób z chorobą psychiczną ten rodzaj trudności wymaga od nauczyciela nie tylko wiedzy i umiejętności, ale także niezwykłej empatii, delikatności w rozmowie z uczniem i jego rodzicami.

Jak radzi sobie w szkole taki uczeń i na jakie trudności może być narażony? Za przykład niech posłuży taka scena: lekcja języka polskiego, nauczycielka opowiada o bohaterze lektury, następnie dzieli klasę na grupy, w których mają opracować zadanie. Pomysł wydaje się super, praca w grupach aktywizuje uczniów. Jednak Marcin wyraźnie nie ma na to ochoty. Siedzi w ławce sam, nie dosiada się do kolegów, ma dziwny wyraz twarzy, wydaje się jakby nieobecny. Nauczycielka twardo nakazuje mu dołączyć do grupy, mimo iż wie o jego chorobie. Nie wie jednak, czego właśnie teraz doświadcza umysł Marcina. Umysł, w którym głos każący nazywać siebie „Panem”, mówi obraźliwe słowa o Marcinie, używa też słów wulgarnych i jeszcze dodaje, że jak o tym komukolwiek powie, to wyrządzi krzywdę tej osobie. Marcin z całych sił stara się nie słuchać, skupić na czymkolwiek innym. Przecież uczył się na terapii, że to tylko głos w jego głowie, który jest częścią objawów jego choroby, przecież wie, że tak naprawdę go nie ma. A jednak doznania są tak silne, że w końcu postanawia zgodnie z wytycznymi terapii, założyć słuchawki na uszy, skupić się na swojej ulubionej muzyce i nie słuchać tego głosu. Wie, że jeśli mocno wsłucha się w muzykę, jest duża szansa, iż głos się oddali i w końcu umilknie. Tego wszystkiego jednak nie widać. Nauczycielka, znając problem Marcina, nie okazuje zainteresowania i empatii wobec jego stężalej, zachmurzonej twarzy. Prosi go o dołączenie do grupy, zdjęcie słuchawek z uszu, bo „to niegrzeczne”, i opracowanie zadania. Marcin nie wytrzymuje, wybiega z klasy, ucieka byle dalej. Inni uczniowie patrzą dziwnie – myślą o nim jako o wariacie, dziwaku, nikt nie chce z nim gadać. Marcin oddala się od grupy coraz bardziej, ma zaniżone poczucie własnej wartości, uważa się za „debila”, którego nikt nie lubi, ma myśli samobójcze... i po co komu w tej sytuacji nauka.

Szkoła przyjazna, szkoła z indywidualnym podejściem do ucznia to niezwykła koncepcja, dzięki której mamy szansę wyjść naprzeciw wszystkim uczniom, a przez to zdecydowanie podnieść także efektywność nauczania. Mamy też szansę na kształcenie nie tylko umysłów, ale i serc, na pobudzanie empatii, integrowanie w naturalny sposób dzieci i młodzieży, uczenie tolerancji, pokory i szacunku dla drugiego człowieka – to także zadania szkoły. Jesteśmy różni, ale wszak w tym nasze piękno i zarazem trud codziennego wzrastania.



## **Za szybą lez – depresja dzieci i młodzieży**

W ostatnich latach odnotowuje się zdecydowany wzrost zachorowań dzieci i młodzieży na depresję. Sam termin „depresja” jest często nadużywany dla opisu gorszego samopoczucia, przysłowiowego „dołka”, którego doświadcza czasami każdy człowiek. Czym zatem jest depresja? Urszula Oszwa podaje, iż „depresja jest zaburzeniem emocjonalnym manifestującym się utratą energii psychicznej, drażliwością, stanem smutku, apatii i przygnębienia oraz utratą przyjemności z dotychczasowej aktywności życiowej”<sup>4</sup>. Z kolei Antoni Kępiński wyróżnia kilka postaci depresji młodzieńczej:

- postać apatyczno-abuliczną, która cechuje się zaniedbaniem w sferze wyglądu zewnętrznego, wycofaniem społecznym, brakiem chęci działania,
- postać rezygnacyjną, charakteryzującą się poczuciem pustki egzystencjalnej, wewnętrznym cierpieniem i próbami samobójczymi mającymi te cierpienia przerwać,
- postać buntowniczą, w której z kolei dominuje nadaktywność, skłonność do kłótności, nadmiernej złości, buntowania się przeciwko ustalonym normom i zasadom,
- postać labilna – najtrudniejsza dla diagnostów, ponieważ podobna jest do niektórych symptomów rozwojowych towarzyszących młodzieży w okresie adolescencji, a zatem zmienność emocji, częste buntowanie się, kończące się poczuciem winy i żalem<sup>5</sup>.

Jak widać, nie łatwo jest nawet diagnoście rozpoznać depresję, zwłaszcza w okresie adolescencji. Można natomiast zauważyć różne zmiany w zachowaniu ucznia, niepokojące symptomy, które mogą świadczyć o jego problemach, zaniżonym nastroju i być może początkach depresji. Gdyby zebrać listę objawów niepokojących, to z pewnością należałoby wymienić: „trwający dłużej niż 8 miesięcy smutek, poczucie beznadziejności; izolacja od rówieśników, unikanie aktywności dotychczas sprawiającej przyjemność; drażliwość, wybuchowość; trudności w koncentracji uwagi, zakłócenia pamięci; częste bóle głowy, żołądka, bezprzyczynowe bóle narządowe; utrata motywacji do wszelkich działań, poczucie pustki i bezsensu, brak energii życiowej, uczucie znużenia i nieustannego zmęczenia; niska samoocena, poczucie winy, samooskarżanie się; nawracające myśli o śmierci; pogorszenie wyników w nauce; opuszczanie lekcji;

---

<sup>4</sup> Cyt. za: OSZWA U., *Dziecko z zaburzeniami rozwoju i zachowania w klasie szkolnej. Vademecum nauczycieli i rodziców*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2007, s. 51.

<sup>5</sup> Tamże, s. 51.

zmiany w nawykach żywieniowych i dotyczących snu”<sup>6</sup>. Objawy mogą rozwijać się stopniowo, powoli, ale przebieg ich może być również nagły. Różne także mogą być przyczyny depresji. Wskazuje się w tym obszarze na m.in. czynniki biochemiczne, genetyczne i społeczne. Do czynników biochemicznych należy podwyższony poziom niektórych neuroprzekaźników. Z kolei w przypadku, kiedy rodzice dziecka chorowali na depresję, większe jest prawdopodobieństwo zachorowania dziecka. Wreszcie wśród czynników środowiskowych wyróżnić można m.in.: utratę bliskiej osoby, rozstanie rodziców, problemy w domu (np. przemoc), w szkole (konflikty z kolegami, z nauczycielami), trudności w nauce, dysleksję, trudności adaptacyjne<sup>7</sup>. Depresji dzieci i młodzieży często towarzyszą: zaburzenia lękowe, fobia szkolna, zaburzenia zachowania, trudności w funkcjonowaniu społecznym i chroniczne zmęczenie<sup>8</sup>. Liczba zachorowań wśród dzieci i młodzieży wzrasta wraz z wiekiem i jest najwyższa we wczesnej fazie adolescencji<sup>9</sup>. Z kolei średnia wieku dzieci, u których rozpoznaje się depresję, coraz bardziej się obniża. Choroba ta może być wynikiem niedostrzeżenia przez nauczycieli trudności szkolnych dziecka i tym samym braku odpowiedniej pomocy. Do trudności szkolnych należą m.in. trudności wynikające ze „zwykłej dysleksji” czy też zaburzeń z zakresu integracji sensorycznej. Niewłaściwie dobrane metody pracy, sposoby kontrolowania poziomu wiedzy ucznia, a co za tym idzie – odpytywanie dyslektyka na forum klasy, dopuszczenie do wyśmiewania się z niego innych uczniów prowadzić mogą do zaburzeń wtórnych, emocjonalno-społecznych, a te z kolei stanowią mogą przyczynę do depresji. Brak uważności, empatii, czasu prowadzą do poważnych konsekwencji dla chorego ucznia. Niezauważona w porę choroba skutkować może pojawiającymi się myślami samobójczymi, a nawet samobójstwem. Nie chodzi tutaj o szukanie winnych, wzajemne oskarżanie się, ale o pobudzenie do wrażliwości i współodczuwania wszystkich osób otaczających ucznia, u którego wyraźnie dostrzegamy odmienne zachowanie, wskazujące na istnienie poważnego problemu. Przede wszystkim należy reagować, przygotować wcześniej stosowne procedury np. na okoliczność wsparcia ucznia niekoniecznie w godzinach pracy psychologa szkolnego<sup>10</sup>. Warto także pamiętać, iż depresja w okresie adolescencji może wystąpić nie tylko pod postacią obniżonego nastroju i chęci izolowania się, lecz wręcz przeciwnie, wzmożoną aktywnością i kłótlivością. Jednym ze sposobów przeciwdziałania jest trening umiejętności społecznych jako stały element edu-

<sup>6</sup> Tamże, s. 53.

<sup>7</sup> Tamże, s. 56.

<sup>8</sup> ROLA J., *Depresja u dzieci*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2001, s. 33.

<sup>9</sup> Tamże, s. 40.

<sup>10</sup> ZORRAQUINO C.J., *Depresja dzieci i młodzieży. Jak odzyskać radość życia?*, Kraków, Wydawnictwo eSPe, 2009, s. 125–126.

kacyjny, prowadzony nie tylko dla uczniów, ale również dla rodziców i pracowników szkoły. Umiejętność rozpoznawania emocji, nazywania ich i właściwego sposobu wyrażania może zapobiec gromadzeniu emocji nieprzyjemnych i tym samym depresji<sup>11</sup>. Dbałość o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży to wspólny obowiązek zarówno rodziców, jak i pracowników szkoły. Należy pamiętać, że osoby dorosłe z depresją przebytą w okresie adolescencji mają większe predyspozycje do trudności w funkcjonowaniu społecznym<sup>12</sup>. Dlatego trzeba odpowiednio dostosować środowisko szkolne, starać się unikać zakłętą kręgu: depresja – złe wyniki w szkole – jeszcze silniejsza deprivacja. Nie można dopuścić, aby problemy z nauką dodatkowo wzmacniały chorobę<sup>13</sup>. Pamiętajmy również o dzieciach z zaburzeniami sprzężonymi, czyli takimi, u których depresja często jest kolejnym problemem i współwystępuje np. z ADHD („gdybyś się tylko postarał...”), zaburzeniami ze spektrum autyzmu, innymi chorobami psychicznymi, z dysleksją, dyskalkulią, zaburzeniami integracji sensorycznej. Wszystkim tym dzieciom i młodzieży trzeba pomóc, aby miały szansę wyjść ze swojej matni, aby od świata zdrowych osób nie dzieliła je niezauważana przez innych „szyba łoż”.

### Metodyczne farmazony

Większość z nas w okresie studiów niezbyt mocno przywiązuje wagę do samej metodyki nauczania, bo i po co komu te metodyczne farmazony. Liczy się znajomość danego przedmiotu. Czy jednak na pewno?

Przykładowa scenka: lekcja angielskiego, klasa I gimnazjum. Robert siedzi w ostatniej ławce, wyraźnie widać, że dzisiejsza lekcja w ogóle go nie interesuje. Ostentacyjnie żuje gumę i sprawia wrażenie, że jest mu absolutnie obojętne, co się wokół niego dzieje. Pani zwraca mu uwagę i przywołuje do zaangażowania się w zajęcia. Nauczycielka ma problem z tym uczniem już od około miesiąca. Od innych nauczycieli także słyszała, że Robert siedzi na lekcjach jak mruk i nic go nie obchodzi. Wszyscy starają się go zachęcić do pracy na lekcji. W pokoju nauczycielskim, w luźnych rozmowach nauczyciele wymieniają swoje spostrzeżenia, nikt jednak nie podejmuje próby rozwiązania tego problemu. Nikt nie rozmawia z chłopakiem (nie licząc krótkich, rzuconych na lekcji słów typu: „hej, Robert, co się z Tobą dzieje, weź się do roboty”). Z czasem Robert zaczyna wa-

---

<sup>11</sup> CARR A., *Depresja i próby samobójcze młodzieży. Sposoby przeciwdziałania i reagowania*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004, s. 46–48.

<sup>12</sup> RADZIWIŁOWICZ W., *Depresja u dzieci i młodzieży*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2011, s. 108.

<sup>13</sup> KUTSCHER M.L., *Dzieci z zaburzeniami łączonymi*, Wydawnictwo K. E. LIBER, Warszawa 2007, s. 192.

garować, sypią się uwagi, a do szkoły zostają wezwani rodzice. Sprawa kończy się na pouczeniu i radzeniu, że mają coś z synem zrobić. Pewnego dnia nauczycielka języka angielskiego przywołuje Roberta do tablicy, on jednak ociąga się i nie chce podejść, a kiedy ta nadal nakłania chłopaka do podejścia bliżej, ten wybiega z klasy, głośno przeklinając. Nauczycielka jest oburzona, obraził ją przy całej klasie, należy się mu zatem kara. Wyobraźmy sobie teraz Roberta, który od kilku już miesięcy bardzo przeżywa rozstanie rodziców. Jego świat, odarty z poczucia bezpieczeństwa, „stanął na głowie”. Codziennie słyszy kłótnie i wulgaryzmy, nie chce mu się już nawet wracać do domu. Na dodatek podczas jednej z kłótni słyszy, że to wszystko przez niego. W szkole nauczyciele opowiadają jakieś mało istotne dla niego w obecnej sytuacji bzdury. Po co się uczyć, po co w ogóle cokolwiek robić. Chłopak coraz bardziej pogrąża się w swoim świecie, któremu na imię „depresja”. Jedzenie nie smakuje, nie chce się nic i nic go nie cieszy. W szkole też ma coraz większe kłopoty. Kiedy w końcu nie wytrzymuje i na lekcji uderza kolegę, nauczycielka wysyła go do pani pedagog, która umoralnia go. Wydaje się, że w całej tej sytuacji chłopak nie ma znikąd pomocy. „Pani Depresja” śmieje mu się w twarz i dręczy dalej.

Pewien wrześnieowy dzień szkolny, klasa I LO. Marcin ma problem z radzeniem sobie ze swoimi emocjami, zwłaszcza ze złością. Impulsywne zachowania w związku z rozpoznaniem u niego ADHD zdarzają się niemal codziennie. Nowa klasa, nowi nauczyciele, początek roku szkolnego to nie lada wyzwanie. W poprzedniej szkole nauczyciele już go znali, pozwalali mu na wyjście z ławki w czasie lekcji i zrobienie choćby kilku przysiadów czy pompek. Ba, z czasem nawet jego ulubiona pani organizowała w czasie lekcji krótkie przerwy dla wszystkich uczniów, otwierała okno i wspólnie wykonywali kilka ćwiczeń z kinezylogii edukacyjnej Paula Dennisona. Wszyscy pracowali potem lepiej, opadało napięcie związane z długim siedzeniem w ławce. Pani też pracowało się lepiej, a zadania jakoś szybciej i sprawniej były rozwiązywane. Jednak nowa nauczycielka wymaga, aby siedzieć w ławce przez całą lekcję – to w końcu liceum, nie można szaleć jak „małe dzieci”. Mama Marcina, wezwana do szkoły po incydencie, kiedy to jej syn uderzył kolegę, tłumaczy pani, że dobrym rozwiązaniem jest system motywacyjny oparty na nagrodach. Matka wie, że to już wcześniej się sprawdzało. Podpowiada nawet pewne rozwiązania, ale nauczycielka przecież już ma system motywacyjny dla uczniów, sprawdzony od wielu lat – jedna zielona kropka w danym dniu za „dobre zachowanie” lub jedna czerwona kropka za „złe zachowanie”. Kolejnego dnia Marcin stara się jak zwykle wytrzymać i nawet udaje mu się przetrwać 3 lekcje, ale na 4 nie wytrzymuje i znowu uderza kolegę. Oczywiście dostaje czerwoną kropkę. Marcin przestaje się w ogóle starać, trudno jest mu wytrzymać wszystkie lekcje. Niezależnie od tego, czy się stara czy nie, efektem i tak jest czerwona kropka. Poprzednia pani potrafiła dostrzec i docenić w czasie jego starania wiele razy jednego dnia. Pochwała jaką słyszał, punkty, jakie zbierał w ciągu dnia

za każdą podjętą próbę, za staranie, za wytrzymanie choćby 5 minut, sprawiały, że widział efekt, widział, iż ma szansę wytrwać i chciało mu się coraz bardziej, aż w końcu lekcje zaczęły nawet sprawiać mu frajdę. Tutaj było inaczej. Marcinowi nic już się nie chce.

Lekcja polskiego, klasa II gimnazjum. Wojtek z rozpoznanym zespołem Aspergera siedzi w pierwszej ławce. Podobnie jak w inne dni przejawia hiperaktywność. Wierci się i kręci, ale trzeba wytrzymać. Pani upomina go już kolejny raz, ale to nie przynosi rezultatu. Nauczycielka stosuje strategię informacji w postaci kolejnych kar, jeśli chłopak nie przestanie kręcić się i nie zacznie uczestniczyć w lekcji. Zwracając się do Wojtka, wypowiada dość długie „moralizatorskie” zdania. Wojtek w ogóle jej nie słucha, nie rozumie, o co jej chodzi. Na koniec lekcji nauczycielka, chcąc jakoś „przełamać lody”, dodaje: „słyszałam, Wojtek, że w najbliższą sobotę masz zawody. Życzę Ci połamania nóg”. Tego już jest za wiele, chłopak nie wytrzymuje, krzyczy, zrzuca jednym ruchem ręki wszystko ze stołu i wybiega z sali. Nauczycielka nic z tego nie rozumie. Nie wie, że w zaburzeniach ze spektrum autyzmu osoby często rozumują wprost, nie odczytują przenośni. Zatem słowa, które miały być w odczuciu nauczycielki miłe, nawiązujące relacje, właśnie tę relację zniszczyły.

Kiedy do szkoły przychodzi uczeń, najważniejszą w moim przekonaniu sprawą jest nawiązanie z nim dobrej relacji. To początek przygody edukacyjnej, która przecież ma nie tylko przekazywać wiedzę merytoryczną z danych przedmiotów, ale również kształtować postawy, charaktery dzieci i młodzieży. Każdy człowiek pragnie, aby jego praca przynosiła pożądane efekty. Zamierzonym efektem pracy nauczyciela jest osiągnięcie przez jego uczniów wysokich wyników w kształceniu. Ścisłe dookreślone podstawy programowe na poszczególnych etapach kształcenia ukierunkowują ścieżkę dydaktyczną. Naszpikowane treścią lekcje, koncentracja na przerobieniu materiału sprawia, że nauczyciel skupia się na przekazaniu wiedzy, a nie na sposobie, w jaki to robi. Już w trakcie roku szkolnego często widać, że nie wszyscy uczniowie chcą się angażować w zajęcia, uwidacznia się także szereg trudności, które pojawiają się w przypadku, gdy do klasy uczęszcza dziecko ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Z uwagi na wymóg kuratorium, takie dzieci powinny mieć dopasowane metody pracy do ich rozpoznanych problemów, potrzeb i zainteresowań. Układane są indywidualne programy edukacyjno-terapeutyczne, ale na lekcji często niewiele wynika z ich zapisów. A przecież dostosowanie metod nauczania do rozpoznanych problemów ucznia może nie tylko wzmocnić efektywność nauczania, ale także zapobiec wielu problemom, w tym zachowaniom związanym z agresją impulsywną. Wiedza, jak aranżować salę, jak stosować metody aktywizujące pracę uczniów, jak sprawiać, aby klasa była spójna, jak wreszcie i jakie stosować systemy motywujące pracę każdego ucznia na lekcji – to już nie tylko przekazywanie wiedzy, ale swoista sztuka nauczania. Pochylenie się nad uczniem, zadbanie o zaspokojenie potrzeb

bezpieczeństwa, szacunku, akceptowanie go takim, jakim jest, sprawia, że rodzi się więź, niezbędna w procesie kształcenia. „Skuteczna integracja to inwestowanie w formowanie się grupy, budowanie więzi, kształtowanie tożsamości zespołu i modelowanie zasad dobrej komunikacji – można ją nazwać tworzeniem podstaw do pracy. Można to porównać do wylewania fundamentu pod budowę planowanego domu”<sup>14</sup>. Jak zatem uczyć, aby nauczyć, jak sprawić, aby dziecko chciało się uczyć? Oto kilka propozycji:

- poznaj ucznia, jego potrzeby, problemy, zainteresowania;
- integruj klasę – spójna klasa to klasa pracująca efektywniej;
- wprowadź element zaskoczenia na lekcji, np. zmiana ustawienia ławek, lekcja poza klasą, podchody na terenie szkoły (życzliwość dyrektora mile widziana);
- stosuj system motywacji oparty na nagrodach przykrych konsekwencjach;
- nagrody dobieraj zgodnie z zainteresowaniami uczniów;
- pamiętaj, że konsekwencją może być po prostu brak nagrody, a w przypadku trudnych zachowań umniejszenie nagrody, a nie całkowite jej pozabawienie;
- stosuj zasadę: im trudniejsze zachowanie ucznia tym częściej stosowane wzmocnienia pozytywne, tak aby uczeń widział, że jest w stanie sprostać zadaniu i osiągnąć efekt, aby „nakręcić” go na zadanie;
- pamiętaj, że na zmianę zachowania potrzebny jest czas, a kiedy dostrzeżasz zmianę, nie rezygnuj ze wzmocnień pozytywnych, stosuj je nadal, jednak rzadziej, pamiętajmy – one nie szkodzą, a każdy z nas lubi, kiedy dostrzeżę się wkład jego pracy;
- chwal nie tylko za efekt, ale za podjęty trud, staranie, dawaj szansę; kiedy i jak długo – zawsze; nikt nie dał nam wszak takiej mądrości, aby autorytatywnie stwierdzić, że z danego ucznia nic już dobrego nie będzie;
- pamiętaj, że nasza motywacja motywuje ucznia, motywacja dyrektora motywuje nauczycieli, zmotywowany rodzic motywuje swoje dziecko – jest to jak spirala, kręci się z czasem sama, ale ktoś musi rozpocząć to wspólne dzieło;
- trening umiejętności społecznych – obowiązkowo dla rodziców i wszystkich pracowników szkoły, dajmy dzieciom i młodzieży przykład dobrych praktyk;
- warto zorganizować grupy wsparcia dla nauczycieli (Drogi nauczycielu, poznaj metody radzenia sobie ze stresem i/lub wypaleniem zawodowym);

---

<sup>14</sup> Cyt. za: TARASZKIEWICZ M., KORDZIŃSKI J., *Bezpieczna i przyjazna szkoła*, Warszawa, WSiP, 2009, s. 39.

- okazuj zrozumienie rodzicom – wszystkie rozmowy zaczynajmy od pochwały ucznia; pamiętaj, że każdy ma mocne strony, a nasza rola w tym, aby je dostrzec;
- twórz sytuacje edukacyjne, które pozwolą każdemu uczniowi zaspokoić jego potrzebę samorealizacji;
- nadawaj znaczenie uczniom, przypisuj im ważne, pożądane społecznie role, np. asystenta nauczyciela;
- stosuj częściej metody aktywne w nauczaniu, stymuluj zmysły – łatwiej jest wtedy zapamiętać materiał;
- wprowadź rytuał minigimnastyki śródlekcyjnej (np. ćwiczenia z zakresu metody kinezylogii edukacyjnej P. Dennisona, ćwiczenia relaksujące, energetyzujące, wystarczy 2 minuty)<sup>15</sup>;
- systematycznie pogłębiaj wiedzę na temat uczniów w klasie oraz metod nauczania odpowiednich dla ich odpoznanych trudności, problemów, potrzeb i zainteresowań;
- nie czekaj za opinią z poradni; zbyt długo nieokazywana pomoc uczniowi skutkować może zaburzeniami wtórnymi (zaniżoną samooceną, problemami emocjonalnymi i społecznymi) – opracuj w zespole system metod i wsparcia dla ucznia, zawsze możesz go zmodyfikować, kiedy już będziesz miał opinię;
- pamiętaj: nie każdy uczeń z zauważanym problemem będzie miał opinię – Ty pomagaj zawsze, najlepiej jak umiesz;
- bądź uważny, refleksyjny, empatyczny – my też czasem mamy zwyczajnie gorszy dzień;
- kiedy Ty jesteś zmęczony czy niezadowolony mów o tym swoim uczniom – uczysz ich sztuki wyrażania swoich emocji, dajesz przykład, że każdy człowiek ma prawo do całej gamy uczuć, ale nie ma prawa krzywdzić innych i/ lub siebie samego, pokazuj też swoim przykładem, co z tymi nieprzyjemnymi emocjami można zrobić – niekoniecznie stawiając w afekcie uwagę uczniowi;
- uśmiechaj się do innych, rozdawane dobro wraca i sprawia, że chce nam się podejmować kolejne życiowe i edukacyjne wyzwania.

A na koniec pamiętajmy o zasadach nauczania oraz o „odroczeniu” poznawanej wiedzy w czasie. Wszak nie wszystko, co dziś mówimy, od razu zakiełkuje w uczniu – pamięć o tym daje nam nadzieję, że treści przekazywane i nasz trud nauczania przyniesie kiedyś pożądany efekt. Wszak my także nie wszystkie treści, choćby te przekazywane przez rodziców, przyjmowaliśmy od razu, a dziś bywa, że podobne słowa kierujemy do naszych dzieci... Ot, taka „przekora” w nauczaniu.

---

<sup>15</sup> Tamże, s. 22–23.

## Po co komu piramida potrzeb Maslowa?

Abraham Maslow w stworzonej przez siebie piramidzie potrzeb wskazuje nie tylko na niezbywalną ich wartość, ale także warunek dobrego, zdrowego rozwoju. Znajdujące się na szczycie piramidy potrzeby samorealizacji stymulują naszą motywację. Wykonane, zrealizowane zadania sprawiają, że nabieramy siły i wiary we własne możliwości oraz chęci do podejmowania coraz to nowych wyzwań, w tym wyzwań edukacyjnych. W procesie edukacyjnym pani Antonina Gurycka wyraźnie wskazuje na istotę oddziaływań tworzonych przez nauczyciela w postaci sytuacji wychowawczych, edukacyjnych oraz braniu pod uwagę indywidualnych doświadczeń i potrzeb każdego ucznia<sup>16</sup>. Tylko wtedy możemy osiągnąć założony cel, a zatem efekt kształcenia. Zaspokojenie kolejnych szczebli potrzeb z piramidy Maslowa umożliwia samorealizację ucznia, a tym samym motywuje go do dalszych działań. Motywuje także nauczyciela, wszak zgodnie z refleksją pani Hanny Hammer – motywacja nauczyciela oraz ucznia są ściśle ze sobą sprzężone i wzajemnie wpływają na siebie. Zatem im wyższa motywacja nauczyciela, tym bardziej wzrasta motywacja ucznia – i odwrotnie<sup>17</sup>. Aby jednak tak się zadziało, nauczyciel powinien poznać swoich uczniów. Wiedzieć, jakie mają potrzeby, problemy, zainteresowania. Nawiązanie relacji, pochylene się nad ich potrzebami i problemami, umiejętność współodczuwania ich codziennych trudów, tych małych, błahych dla nas dorosłych, i tych dużych, trudnych, często wstydlivych dla dzieci i młodzieży. Okazanie zrozumienia, wysłuchanie, wyjście naprzeciw wszystkim uczniom warunkuje wszak efekt kształcenia. Pamiętajmy również o nawiązywaniu dobrej współpracy z rodzicami. Nie oceniamy pochopnie, że źle wychowują bądź w ogóle nie wychowują, nie pouczajmy z pozycji mądrzejszej osoby, to nie my jesteśmy w ich sytuacji. Miejmy na uwadze, że każdy rodzic pragnie mieć zdrowe i mądre dziecko i nie zawsze od razu przyjmuje do wiadomości, że jego dziecko ma problem. Bywa, że usprawiedliwia dziecko lub wypiera to, co inni widzą wyraźniej, jak długo – różnie; każdy ma swój czas, podaruj go rodzicom, bądź z nimi, dostrzegaj i pokazuj im mocne strony ich dziecka, zwłaszcza wtedy, kiedy na pozór ich nie widać.

Bardzo ważną kwestią jest doskonalenie umiejętności interpersonalnych wszystkich pracowników szkoły, organizowanie warsztatów szkoleniowych, otwartość dyrektora placówki na kreatywne rozwiązania proponowane przez nauczycieli, ale także otwartość władz oświatowych na problemy i potrzeby szkół. Kolejną istotną sprawą są świetlice szkolne, które przepełnione są dziećmi, a poprzez to często panuje w nich chaos i hałas. W takich świetlicach nie są w stanie przebywać dzieci z ADHA czy np. z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Hałas

<sup>16</sup> GURYCKA A., *Struktura i dynamika procesu wychowawczego*, Warszawa, PWN, 1979, s. 89–92.

<sup>17</sup> HAMMER H., *Klucz do efektywnego nauczania*, Warszawa, Wydawnictwo Veda, 2012, s. 56–60.



i chaos sprawia, że męczą się tam, są pobudzone i tym samym szukają ujścia dla swoich nieprzyjemnych emocji oraz mają problemy ze skupieniem uwagi na lekcjach. W takiej atmosferze nie są zaspokojone i uszanowane potrzeby i problemy wynikające przecież z ich zaburzeń.

## Podsumowanie

Budowanie szkoły bezpiecznej i przyjaznej to zadania każdej placówki oświatowej, to także marzenie wszystkich osób tam pracujących, uczniów i ich rodziców. Jednak aby tak się stało, koniecznym jest połączenie sił i współpraca, której celem jest edukacja charakteryzująca się nie tylko efektywnością zdobywanej przez uczniów wiedzy merytorycznej, ale także edukacja ku wartościom – podążanie w stronę dobra. To także kształcenie, w którym każdy uczeń ma szansę odkryć i wykorzystać swój potencjał, swoje mocne strony. Kształcenie, które uczy szacunku, akceptacji, otwartości, empatii, refleksyjności, pokory i zarazem radości życia.

Mamy już wiele przykładów szkół i nauczycieli, którzy starają się dokształcać w obszarze pracy edukacyjnej z uczniami o różnych potrzebach i problemach. Stosują rozwiązania adekwatne dla wszystkich uczniów, wszystkim też dają dzięki temu szansę na rozwój. Warto brać z nich przykład.

Motyle, motylki... w oczach innych ludzi nie zawsze są motylami. Większość osób początkowo dostrzega w nich tylko poczwarki, kokony, z których dopiero powstanie piękny motyl. Są wśród nas jednak i takie osoby, które już w poskręcanym kokonie potrafią dojrzeć piękno motyla.

Jako niepoprawna optymistka głęboko wierzę, że przy wspólnym zaangażowaniu specjalistów w zakresie kształcenia, psychologów, pedagogów, terapeutów, dyrektorów szkół oraz rodziców towarzyszących swoim dzieciom w trudzie codziennego wzrastania funkcjonować będzie coraz więcej szkół, w których wszystkie pracujące tam osoby będą posiadały wiedzę, umiejętności oraz niezwykły dar, by w każdym uczniu zauważyć motyla.

## BIBLIOGRAFIA

- CARR A., *Depresja i próby samobójcze młodzieży. Sposoby przeciwdziałania i reagowania*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.
- GURYCKA A., *Struktura i dynamika procesu wychowawczego*, Warszawa, PWN, 1979.
- HAMMER H., *Klucz do efektywnego nauczania*, Warszawa, Wydawnictwo Veda, 2012.
- Klasyfikacja DSM V*, <https://pl.wikipedia.org/wiki/DSM-5> [dostęp: 29.09.2016].
- KOŁAKOWSKI A., WOLAŃCZYK T., PISULA A., SKOTNICKA M., BRYŃSKA A., *ADHD Zespół nadpobudliwości psychoruchowej. Przewodnik dla rodziców i wychowawców*, Sopot, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2012.

- KUTSCHER M.L., *Dzieci z zaburzeniami łączonymi*, Warszawa, Wydawnictwo K.E. LIBER, 2007.
- LEMAŃSKA A., *Model pracy z uczniem z autyzmem*, [w:] *Podniesienie efektywności kształcenia uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnym. Materiały dla nauczycieli*, Warszawa, MEN, 2016.
- OSZWA U., *Dziecko z zaburzeniami rozwoju i zachowania w klasie szkolnej. Vademecum nauczycieli i rodziców*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2007.
- RADZIWIŁŁOWICZ W., *Depresja u dzieci i młodzieży*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2011.
- ROLA J., *Depresja u dzieci*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2001.
- RADZIWIŁŁOWICZ W., *Depresja u dzieci i młodzieży*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2011.
- TARASZKIEWICZ M., KORDZIŃSKI J., *Bezpieczna i przyjazna szkoła*, Warszawa, WSiP, 2009.
- ZORRAQUINO C.J., *Depresja dzieci i młodzieży. Jak odzyskać radość życia?*, Kraków, Wydawnictwo eSPe, 2009.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Razem możemy więcej.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

Integracja zespołu klasowego.

### 4. Cele szczegółowe:

- Kształtowanie umiejętności pracy w grupie.
- Nabycie umiejętności dostrzegania mocnych stron innych osób.
- Kształtowanie umiejętności dyskusowania.
- Aktywizowanie kreatywnego myślenia.
- Uwolnienie nieprzyjemnych emocji.
- Wzmacnianie poczucia własnej wartości.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Istota współpracy w zespole.
- Zasady budowania spójnej grupy.
- Planowanie zadań w grupie.
- Podstawy treningu umiejętności społecznych – sztuka dyskusji jako jeden z elementów potrzebnych do wypracowania wspólnych w grupie strategii działań.
- Każdy człowiek ma swoje mocne strony – razem możemy więcej.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody asymilacji wiedzy – pogadanka, opowiadanie, opis,
- Metody poszukujące:
  - a. problemowe – klasyczna, burza mózgów,
  - b. ćwiczeniowo-praktyczna – dyskusja.
- Gra symulacyjna.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Kartki papieru formatu A 4,

- Kolorowe długopisy i kredki,
- Taśma samoprzylepna.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Wprowadzenie dobrego nastroju, zwrócenie uwagi istotę na powitania wszystkich osób tworzących społeczność klasy
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów słowami: „Witam wszystkich, którzy z ochotą przyszli dziś na zajęcia, witam też wszystkich, którzy przyszli, chociaż im się nie chciało, itd.”
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem poprzez podniesienie ręki w momencie gdy identyfikują się z wymienioną przez nauczyciela grupą
Uwagi realizacyjne	Uczniowie i nauczyciel siedzą w kole, ławki zsunięte są pod ścianę, tworząc przestrzeń dla przyszłych grup zadaniowych

Treści kształcenia	Istota współpracy w zespole
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza uczniów w tematykę zajęć, jaką jest istota współpracy w grupie
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą razem w kole

Treści kształcenia	Istota współpracy w zespole
Metody realizacji	Opowiadanie, gra symulacyjna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel opowiada krótką historię: „wyobraźcie sobie, że jesteście członkami załogi, która właśnie wybrała się w daleki rejs. Niestety został on przerwany przez sztorm i w efekcie zatonięcie statku. Wam udało się uratować i dopłynąć na pobliską bezludną wyspę. Teraz musicie wspólnie zrobić wszystko, aby przetrwać”

Czynności uczestników	Uczniowie słuchają
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą razem w kole

Treści kształcenia	Zasady budowania spójnej grupy. Planowanie zadań w grupie. Podstawy treningu umiejętności społecznych – sztuka dyskusji
Metody realizacji	Opis, metoda problem pro klasyczna, burza mózgów, dyskusja
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, kolorowe długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5-osobowe zespoły, rozdaje kartki i kolorowe długopisy. Zadanie brzmi: - zastanówcie się wspólnie w czym każdy z was jest dobry i jak może przyczynić się do uratowania was z tej sytuacji. - Ustalcie hierarchię wspólnych celów i czynności, - Zróbcie plan działań. - Zapiszcie to w postaci haseł czy rysunków
Czynności uczestników	Uczniowie podzieleni na zespoły siadają przy swoich stanowiskach - wyznaczają osobę, która będzie zapisywała ich pomysły. Uczniowie wspólnie spisują swoje pomysły na kartce
Uwagi realizacyjne	Stoły już przed zajęciami przygotowane są tak, aby umożliwiły grupom na niezależną pracę

Treści kształcenia	Trening umiejętności społecznych – sztuka prezentacji przed grupą swoich pomysłów
Metody realizacji	Pogadanka, prezentacja pomysłów grup przed klasą
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4 z opracowanymi pomysłami
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi przedstawicieli grup o zaprezentowanie planu oraz czynności, w jakich będą brać udział wszyscy członkowie grupy
Czynności uczestników	Uczniowie wybierają ze swojej prelegenta i prezentują swoje pomysły
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą w kole. Uczniowie z danej grupy siedzą obok siebie

Treści kształcenia	Dyskusja – razem możemy więcej – istota współpracy w grupie
Metody realizacji	Dyskusja okrągłego stołu
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję na temat istoty współpracy. Wskazuje na fakt, że razem możemy więcej, gdyż każdy z nas jest w czymś dobry
Czynności uczestników	Uczniowie dyskutują, wymieniają się swoimi spostrzeżeniami i opiniami
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą w kole

Treści kształcenia	Każdy człowiek ma swoje mocne strony
Metody realizacji	Opis
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, kolorowe kredki, taśma samoprzylepna
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podaje uczniom kartki oraz kredki i prosi aby wzajemnie przykleili je sobie na plecach
Czynności uczestników	Uczniowie tworzą „pociąg” i każdy każdemu nakleja na plecach kartkę
Uwagi realizacyjne	Krzesła zsunięte są pod ścianę

Treści kształcenia	Nabywanie umiejętności rozpoznawania mocnych stron innych osób
Metody realizacji	Metoda ćwiczeniowi
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, kolorowe kredki, taśma samoprzylepna
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi aby każdy uczeń napisał kilka słów, hasło, obrazek, który ukazuje mocne strony osoby, na plecach której znajduje się kartka. Czas na zadanie jest ściśle dookreślony i niezbyt długi, dopasowany do ilości osób
Czynności uczestników	Uczniowie ruszają do pracy – zaczyna się „wyścig”, aby każdemu zdążyć coś napisać

Uwagi realizacyjne	Zwrócenie uwagi na bezpieczną przestrzeń w klasie
--------------------	---

Treści kształcenia	Nabywanie umiejętności rozpoznawania mocnych stron innych osób
Metody realizacji	Opowiadanie, dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Zapisane kartki A 4
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi o zdjęcie kartek z pleców. Wszyscy siadają w kole i dzielą się w rundce informacjami, które zapisane są na ich kartkach
Czynności uczestników	Uczniowie wzajemnie odklejają sobie kartki
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siadają z kartkami w ręce w kole

Treści kształcenia	Rozpoznawanie mocnych stron innych ludzi
Metody realizacji	Pogadanka podsumowująca
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia: każdy z nas ma jakieś mocne strony, a zatem razem możemy więcej
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą w kole

Treści kształcenia	Razem możemy więcej ponieważ jesteśmy spójną grupą
Metody realizacji	Pogadanka, opis
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Ankiety obrazkowe, długopisy

Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje uczniom za udział w zajęciach i inicjuje rundkę: z jakimi uczuciami kończycie zajęcia? Rozdaje ankiety obrazkowe, na których uczniowie zaznaczają obrazek odpowiadający odczuciu ich zadowolenia z zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei dzielą się spostrzeżeniami i uczuciami związanymi z odbytą lekcją oraz wypełniają ankietę obrazkową
Uwagi realizacyjne	Wszyscy siedzą w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Rundka – wyrażenie przez wszystkich uczniów uczuć z jakimi kończą zajęcia, w tym uwag, sugestii na temat, co te zajęcia wniosły i czy im się podobały.
- Ankieta obrazkowa – zadowolenie z zajęć.



Alicja Kozubska  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## UCZEŃ SPRAWIAJĄCY TRUDNOŚCI WYCHOWAWCZE JAKO WYZWANIE DLA NAUCZYCIELA – POJĘCIE, OBJAWY I SPOSOBY RADZENIA SOBIE Z TRUDNOŚCIAMI WYCHOWAWCZYMI<sup>1</sup>

W obszernej literaturze dotyczącej trudności wychowawczych nie ma ich jednoznacznej definicji. W pracach na ten temat dominują dwa ujęcia: fenomenologiczne (opis) i etiologiczne (przyczyny). Dla dalszych rozważań przyjmuję definicję H. Izdebskiej, według której „Na trudności wychowawcze składają się problemy, jakie dziecko (małe, dorastające) stwarza rodzicom i nauczycielom w procesie swojego psychofizycznego i społecznego rozwoju”<sup>2</sup>. Definicja ta zawiera dwa istotne elementy: sytuację, która wymaga interwencji wychowawczej oraz przebieg rozwoju dziecka i jego uwarunkowania. Oba elementy są ze sobą sprzężone. Biorąc pod uwagę kryterium przyczyn można trudności wychowawcze sklasyfikować w następujące grupy:

- a) „trudności wynikające z zaniedbań wychowawczych oraz negatywnych oddziaływań środowiska rodzinnego;
- b) trudności związane z niepowodzeniami szkolnymi dzieci i młodzieży (ale nie same niepowodzenia);
- c) trudności spowodowane błędami wychowawczymi, głównie w środowisku rodzinnym;
- d) trudności wynikające z nieprawidłowego funkcjonowania rodziny;
- e) trudności związane z psychofizycznym rozwojem dziecka (przebyte choroby, tzw. deficyty lub mikrodefekty rozwojowe, zaburzenia w sferze emocjonalnej, nadpobudliwość lub zahamowania);

<sup>1</sup> Niniejszy artykuł opublikowany został jako rozdział w monografii: KOZUBSKA A., KOC R., ZIÓŁKOWSKI P., *Nauczyciel w drodze do profesjonalizmu*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 97-114.

<sup>2</sup> IZDEBSKA H., *Trudności wychowawcze*, [w] Pomykało W. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna*, Warszawa, wyd. Fundacja Innowacja, 1993, s. 858.

- f) trudności wzrostu;
- g) trudności wyłaniające się w kontekście rozbieżności dążeń, oczekiwań i ambicji rodziców oraz dążeń i zainteresowań dzieci<sup>3</sup>.

Zdaję sobie sprawę ze złożoności problematyki, dlatego poniższe rozważania sygnalizują jedynie uwarunkowania trudności wychowawczych. Dotyczą zaś głównie analizy różnorodnych zachowań uczniów, które przez nauczycieli są klasyfikowane jako trudne oraz możliwych działań podejmowanych w celu zapobiegania takim zachowaniom, bądź radzenia sobie z nimi.

Zastanawiając się nad objawami zachowań ucznia, które można uznać za zaburzone i sprawiające nauczycielowi trudności wychowawcze przyjmuję, że o zaburzonym zachowaniu możemy mówić, gdy obserwujemy powtarzające się sztywne zachowania wychowanka, nieadekwatne do sytuacji, które uniemożliwiają adaptację do tych sytuacji. Dziecko nie korzysta z własnych doświadczeń, nie uczy się z nich. Sprawia wrażenie jakby nie rozumiało sytuacji, w której się znajduje i reaguje na nią silnym napięciem emocjonalnym. Nie potrafi zmienić swego zachowania, nie próbuje zmierzyć się z tym, co się dzieje<sup>4</sup>. „Zaburzone zachowanie dotyczy trzech wymiarów psychiki dziecka:

- zaburzenia myśli (sądów, przekonań) na temat siebie, innych, otaczającej rzeczywistości itp.;
- zaburzenia przejawianych emocji towarzyszących myślom (niewspółmierność ich siły i rodzaju, zablokowanie ekspresji emocjonalnej);
- zaburzenia działania w danej sytuacji (np. wycofanie, autodestrukcja, atak)<sup>5</sup>.

Pojawiające się u wychowanka emocje, myśli i działania są: nieadekwatne, sztywne, szkodliwe, automatyczne.

Tabela 1. Przykładowe obszary zaburzonych zachowań dziecka

Obszary zaburzonych zachowań	Przykładowe symptomy zaburzonych zachowań
Zaburzone relacje z rówieśnikami	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wycofanie się z kontaktów,</li> <li>• nierespektowanie wielu norm grupowych,</li> <li>• reagowanie odrzuceniem na próby nawiązania kontaktu,</li> <li>• brak współdziałania z rówieśnikami,</li> <li>• używanie przemocy fizycznej, werbalnej seksualnej w kontaktach z rówieśnikami,</li> </ul>

<sup>3</sup> Ibidem, s. 858-859.

<sup>4</sup> STRZEMIESZNY J., *Zajęcia socjoterapeutyczne*, Warszawa, wyd. PTP ORUW, 1988.

<sup>5</sup> MAKSYMOWSKA E., SOBOLEWSKA Z., WERWICKA M., *Wychowywać ucząc*, Warszawa, wyd. CODN 2006, s. 54.

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zachowania dominujące,</li> <li>• ponizanie słabszych od siebie,</li> <li>• przyjmowanie destrukcyjnych dla siebie i innych ról społecznych, m.in.: „kozył ofiarny”, klasowy błazen”.</li> </ul>
Zaburzone relacje z dorosłymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stałe niewyrażanie swoich potrzeb i złość w przypadku ich niezaspokojenia,</li> <li>• zachowania prowokacyjne, mające na celu skupienie na sobie uwagi,</li> <li>• zachowania roszczeniowe – nadmierne domaganie się czegoś, co jest trudne lub niemożliwe do uzyskania w danej chwili</li> <li>• naruszanie granic przez kontakt nieadekwatny do zażyłości.</li> </ul>
Zaburzona ekspresja emocji	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zablokowanie ekspresji mimicznej,</li> <li>• reakcje emocjonalne niewspółmierne lub nieadekwatne do bodźców – płaczliwość, lękliwość, wesołkowatość,</li> <li>• reagowanie przerażeniem na kontakt fizyczny, czy konieczność robienia się (np. lekcje wychowania fizycznego, wizyta u lekarza),</li> <li>• permanentne używanie tonu głosu zawierającego pretensje,</li> <li>• otwarta złość i wrogość wobec innych, płacze, krzyki.</li> </ul>
Zaburzenia związane podejściem do wykonywania zadań	<ul style="list-style-type: none"> <li>• brak reakcji na proste polecenia, mimo ich powtarzania,</li> <li>• zaburzenia koncentracji,</li> <li>• częste wagary,</li> <li>• niechęć do podejmowania działań,</li> <li>• permanentne nie odrabianie lekcji i nie przynoszenie książek, zeszytów.</li> </ul>
Inne symptomy zaburzeń	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przymus wykonywania takich czynności jak: skubanie palców, ogryzanie paznokci, potrząsanie rękami, nogami,</li> <li>• nałogowe kłamanie,</li> <li>• nadpobudliwość ruchowa,</li> <li>• przekazywanie zmyślonych informacji, tzw. niesamowite opowieści (uwaga: czasami w takich opowieściach ukryte są prawdziwe informacje o przemocy fizycznej, seksualnej, znęcaniu się czy skrajnym zaniedbaniu),</li> <li>• zachowania autoagresywne (okaleczanie się, sięganie po środki zmieniające świadomość).</li> </ul>

Źródło: MAKSYMOWSKA E., SOBOLEWSKA Z., WERWICKA M., *Wychowywać ucząc*, Warszawa, wyd. CODN 2006, s. 53-54.

Współcześnie proces wychowywania dzieci i młodzieży wydaje się być trudniejszy i bardziej skomplikowany. Rozwój dzieci i młodzieży przebiega w wa-

runkach z wielu powodów bardzo złożonych. Niekiedy zawodzą więc znane i dotychczas skuteczne sposoby oddziaływania, bowiem sytuacja pozaszkolna zmienia się zbyt szybko. Podstawowe środowiska wychowawcze, jakimi są rodzina i szkoła nie zawsze prawidłowo wypełniają swoje funkcje. Istnienie „konkurencyjnych”, atrakcyjnych dla dzieci i młodzieży środowisk, chociażby Internetu, których wpływ wymyka się spod kontroli rodziny i szkoły również oddziałuje na przebieg procesu wychowania, i jest powodem pojawiania się różnorodnych problemów.

### **Praca z uczniem sprawiającym trudności wychowawcze**

Często, być może zbyt często, mówimy dziecko (uczeń) trudny. Lepiej byłoby gdybyśmy mówili o uczniach sprawiających trudności wychowawcze, bądź o pracy nauczyciela w sytuacji trudności wychowawczych. Dlaczego taka zmiana jest konieczna? Jeśli mówimy o uczniu trudnym, to uważamy, że to właśnie w nim tkwią wszelkie przyczyny „zła” i to tylko jego trzeba i wystarczy zmienić. Takie myślenie i idące w ślad za nim działanie niestety nie przynoszą oczekiwanych efektów. Ten sam uczeń w sytuacji pozaszkolnej, w grupie przyjaciół, znajomych nie jest już dzieckiem trudnym, owi znajomi tak go nie odbierają. Czyli nie zawsze określenie „uczeń trudny”, jest uprawomocnione. To dziecko, ten uczeń w określonych sytuacjach stwarza problemy rodzicom i nauczycielom. Zastanawiając się więc nad uczniami sprawiającymi trudności wychowawcze nie możemy analizować i próbować zmieniać jedynie ucznia, musimy analizować i zmieniać również kontekst, sytuację, w której owo złe zachowanie ma miejsce, w tym również postępowanie nauczyciela. W praktyce oczekiwania dorosłych nie zawsze są zgodne z najnowszą wiedzą psychologiczną i pedagogiczną, z przyjętymi celami i zadaniami, czy z dobrem dziecka.

W tym miejscu warto powrócić do zagrożeń jakie niesie ze sobą posługiwanie się przez nauczyciela wiedzą potoczną. Każdy z nas ma jakieś potoczne poglądy na temat natury człowieka. Niestety w przypadku nauczycieli brak świadomości jaką „wyznają” antropologię dziecka, może mieć wpływ na ich działanie. Tym bardziej, że w pracy z uczniem sprawiającym trudności wychowawcze ważna jest relacja między tym uczniem i tym nauczycielem. Wśród ujawnianych u nauczycieli antropologii dziecka można wymienić przynajmniej 4:

- *oświeceniowa* postrzegająca dziecko jako „barbarzyńcę, którego należy jak najszybciej wyprowadzić ze stanu dzikości”. Nauczyciel przyjmuje postawę wszechwiedzącego, pouczającego, dającego gotowe recepty na wszystko mentora. Kształtuje dziecko na podobieństwo dorosłych, w tym również siebie. (Dziecko – niedoskonały dorosły. Dorosły – mentor, ekspert).

- *romantyczna* wersja dziecka opiera się na przekonaniu, że „dziecko jest głupie, ale o dobrym serduszk”. Nauczyciel unika poważnego traktowania dziecka, nie podejmuje z nim tematów drażliwych, trudnych. Trywializacja świata dziecka jest przejawem dominacji i lekceważenia, nie sprzyja rozwojowi. Charakterystyczna dla tej orientacji jest stylistyka językowa obfitująca w eufemizmy, zdrobnienia, uproszczenia merytoryczne i gramatyczne. (Dziecko – naiwna istotka. Dorosły – dobroduszny, nadopiekuńczy przewodnik).
- *pozytywistyczna* antropologia dziecka kładzie nacisk głównie na wartości poznawcze, a nie na encyklopedyczną wiedzę. Dziecko jest traktowane jako czysta tablica. Nauczyciel nie docenia kreatywności dziecka, jego wyobraźni i emocji. (Dziecko – puste naczynie. Dorosły - ekspert „z lejkiem do wlewania oleum”).
- *humanistyczna* antropologia dziecka, uznaje jego podmiotowość, prawo do godności. Nauczyciel liczy się z rzeczywistymi potrzebami dziecka, jego możliwościami i ograniczeniami, dzieli się z dzieckiem swoim doświadczeniem, ale też zaprasza do wspólnych poszukiwań, bowiem nie traktuje świata dzieci jako podrzędne do świata dorosłych. Ma świadomość, że od dzieci też może się uczyć i tego nie ukrywa. (Dziecko – interpretator poszukujący. Dorosły – interpretator poszukujący mający więcej doświadczenia)<sup>6</sup>.

**Ćwiczenie:** Zastanów się nad swoją antropologią dziecka, ona określa nie tylko role jakie nadajesz uczniom, ale także tę, którą przyjmujesz jako nauczyciel. Konieczna jest szczerłość wobec siebie. Przypomnij sobie, co myślisz stając przed uczniami z klasy, w której dopiero rozpoczynasz zajęcia.

Zachowania problemowe ucznia, można określić jako takie, których nie może zaakceptować dany nauczyciel. Taka definicja ma pewną wartość praktyczną, trudno bowiem zaprzeczyć, że to co wydaje się jednemu nauczycielowi problemem, nie będzie problemem dla drugiego. Na przykład jeden nauczyciel toleruje rozmowy podczas pracy, inny wymaga zachowania ciszy; jeden wymaga zgłaszania się przed odpowiedzią, innemu nie przeszkadza, że dzieci przekrzykują się w klasie. Prawdopodobnie można znaleźć zachowania, które są denerwujące dla wszystkich, choć na pewno nie w tym samym stopniu.

Oczywiście w szkole mamy do czynienia z dużą ilością sytuacji trudnych, których przyczyny nie mają związku z nauczycielem. Dotyczą one uczniów, którzy powodują problemy w szkole niezależnie od tego, jaki jest nauczyciel. Są to dzieci odrzucające powszechnie uznawane standardy zachowania lub dające jasno do

---

<sup>6</sup> TARASZKIEWICZ M., *Jak uczyć lepiej? Czyli refleksyjny praktyk w działaniu*, Warszawa, wyd. CODN, 1996, s. 22-23.

rozumienia, że nie lubią przedmiotu, nauczyciela, czy szkoły, nawet zanim to poznają.

W radzeniu sobie z uczniem sprawiającym trudności wychowawcze ważne jest poznanie powodów niewłaściwego zachowania. W literaturze poświęconej trudnościom wychowawczym i zaburzeniom zachowania uczniów najczęściej wskazuje się przyczyny tkwiące w środowisku rodzinnym (zakłócenia funkcjonowania rodziny, patologie w rodzinie, nieprawidłowy przebieg procesu wychowania), lub przyczyny tkwiące w uczniu (np. zaburzenia rozwoju, przebyte choroby). Problematyka przyczyn jest szeroko opisana i wykracza poza ramy tego opracowania. Nauczyciel podejmując pracę z uczniem sprawiającym trudności wychowawcze, jeśli chce, aby jego działanie miało szansę na sukces, musi podjąć trud zdiagnozowania uwarunkowań zachowania ucznia. Radzenie sobie z tak złożonymi sytuacjami wymaga często współpracy z rodziną, z pedagogiem szkolnym lub innymi instytucjami i specjalistami. Nie zawsze jednak przyczyny niewłaściwego zachowania ucznia są tak poważne i złożone. W prostszych przypadkach pomocne może okazać się opisanie sytuacji, w jakich najczęściej dochodzi do naruszenia dyscypliny. Daje to nauczycielowi szansę na stworzenie warunków ograniczających lub eliminujących to zachowanie. Istotne w takich sytuacjach mogą okazać się następujące pytania:

- Czy uczeń częściej wchodzi w konflikt z nauczycielami czy nauczycielkami?
- Czy istnieje związek między wiekiem i stażem pracy nauczyciela a skłonnością ucznia do wchodzenia z nim w konflikt?
- Czy konflikty częściej pojawiają się na lekcjach z przedmiotów podstawowych wymagających większego nakładu pracy i prowadzonych w sposób bardziej restrykcyjny, czy na lekcjach prowadzonych swobodniej, postrzeganych jako poboczne, na których możliwe jest poruszanie się po klasie?
- Czy gdy dochodzi do konfliktu na lekcjach uczeń znajduje poparcie dla swojego zachowania w jakiejś grupie innych uczniów, bądź ta grupa prowokuje go do takich zachowań?
- Czy uczeń regularnie doznaje niepowodzeń z jakiś przedmiotów, co może stać się przyczyną konfliktu z nauczycielem?
- Czy jest w szkole nauczyciel (nauczyciele), z którym ten uczeń ma szczególnie dobre relacje? Ktoś taki może odegrać ważną rolę wychowawczą<sup>7</sup>.
- Jak reaguje reszta klasy na określone zachowania ucznia? Czy klasa czeka na takie sytuacje i traktuje je jako swoistą atrakcję a danego ucznia jako wyraziciela „emocji” większości, czy staje się obojętnym „wizdem”, czy udziela jakiegoś wsparcia nauczycielowi powstrzymując ucznia? Taka re-

---

<sup>7</sup> ROBERTSON J., *Jak zapewnić dyscyplinę, ład i uwagę w klasie*, Warszawa, wyd. WSiP, 1998, s. 104-105.

fleksja jest konieczna, jeśli jako nauczyciele mamy problem z zachowaniem ucznia, bowiem to zachowanie zawsze odbywa się w jakimś kontekście. Ten kontekst ma ogromne znaczenie dla skuteczności działań podejmowanych przez nauczyciela.

Cenne może okazać się spojrzenie na zakłócenia ładu i dyscypliny przez ucznia na lekcji oraz planowanie zapobiegania temu z trzech punktów widzenia:

- przyczyn sprawczych - dlaczego uczeń postanowił zachować się źle?;
- motywów i celów – co uczeń chce osiągnąć za pomocą złego zachowania?;
- kontekstu – jaka sytuacja zachęca go do złego zachowania?<sup>8</sup>

Jak już wspomniałam *przyczyny* dotyczące zaburzonego zachowania ucznia mogą tkwić w środowisku rodzinnym (jego sytuacji ekonomicznej, nieprawidłowym wypełnianiu funkcji, błędach wychowawczych, patologiach rodziny). Niestety w dużej części przypadków nauczyciel nie ma wpływu na stan środowiska rodzinnego. Jego obowiązkiem jednak jest podejmowanie działań mających na celu poprawę funkcjonowania dziecka, bądź to przez nawiązanie współpracy z rodziną, bądź przez działania rekompensujące kierowane bezpośrednio do ucznia, jeśli współpraca ta nie jest możliwa w stopniu zadowalającym. O znaczeniu współpracy z rodzicami dla pracy nauczyciela będzie mowa w dalszej części rozważań. Kolejną grupą przyczyn, to czynniki tkwiące w samym dziecku. Mogą one mieć charakter genetyczny i wrodzony (np. niski poziom zdolności ogólnych) lub nabyte (przebyte urazy, choroby). Na te czynniki nauczyciel nie ma wpływu. Dobra znajomość ucznia, jego ograniczeń i możliwości pomaga w zrozumieniu jego zachowań oraz umożliwia zaplanowanie adekwatnego działania przez nauczyciela, sprzyja też unikaniu błędów wychowawczych. Zawsze należy szukać odpowiedzi na pytanie, w jaki sposób szkoła może pomóc uczniowi przezwyciężyć różne niekorzystne uwarunkowania? Nie wolno bowiem zapominać, że szkoła wywiera własny wpływ na zachowanie swoich uczniów.

Rozpoznanie *motywów* niewłaściwego zachowania ucznia może uchronić nauczyciela przed nieświadomym potwierdzaniem ich, a przez to wzmocnieniem takiego zachowania. Dreikurs (i współautorzy 1982) wskazuje, jak rozpoznać najczęstsze motywy kierujące trudnym zachowaniem dzieci. Autorzy oparli się na modelu zachowania się ludzi A. Adlera, „(...) według którego wszystkie nasze działania są celowe (...). Ludzie są istotami społecznymi, na których zachowanie duży wpływ wywiera cel – chęć przynależności i znalezienia sobie miejsca w społeczeństwie. Zatem większość z tego, co robimy, ma na celu ukształtowanie i utrzymanie naszej własnej tożsamości społecznej. Niestety dzieci mogą stawiać sobie – jak nazywa to Dreikurs – „mylne cele”<sup>9</sup>. Uczeń zachowujący się niewłaści-

---

<sup>8</sup> Ibidem

<sup>9</sup> Ibidem, s. 109.

wie, nie wierzy już, że może osiągnąć uznanie i poczucie przynależności, na którym mu zależy i dlatego zakłada błędnie, że uzyska to przez zachowanie prowokacyjne. Niezależnie od tego, czy w pełni przyjmujemy to stanowisko, w praktyce pedagogicznej warto zastanowić się, czy w konkretnej sytuacji uczeń chce:

- zwrócić na siebie uwagę,
- zyskać władzę,
- zemścić się lub wyrównać rachunki,
- ujawnić własne niedostatki.

Motywy ucznia mogą być świadome, bądź nie, aby osiągnąć taki sam cel uczniowie mogą prezentować różne zachowania. Zadaniem nauczyciela jest trafne rozpoznanie tego, co uczeń chce osiągnąć poprzez swoje zachowanie<sup>10</sup>.

Jeżeli uczeń tkwi w mylnym przekonaniu, że inni (np. nauczyciel) **zwracają na niego uwagę** i akceptują go (np. inni uczniowie śmiejąc się) wtedy, gdy prezentuje niewłaściwe zachowanie, to uznaje owo zachowanie za jedyną skuteczną drogę uzyskiwania uwagi dorosłych i rówieśników. Takie zachowanie nazwane jest zachowaniem zorientowanym na uzyskanie uwagi, uznaje się je za jedną z głównych przyczyn problemów w klasie szkolnej. Najczęściej uczniowie ci pochodzą z rodzin, w których uwagę dorosłych zyskuje dziecko wówczas, gdy zrobi coś niepokojącego. W ten sposób, dzięki warunkowaniu sprawczemu, zachowanie niewłaściwe utrwała się i staje się częścią repertuaru zachowań dzieci, które przenoszą je na teren szkoły. Dla rozwoju dziecka uwaga dorosłych jest niezbędna, dzięki niej zaspokaja ono swoje potrzeby fizyczne i podnosi swoją samoocenę. Przy takich motywach ucznia najistotniejsza jest postawa nauczyciela, jego świadomość, że przerywając lekcję, irytując się i dyscyplinując ucznia, karząc go, wzmacnia i utrwała jego nieodpowiednie zachowanie dając mu to, na czym mu zależy, czyli swoją uwagę.

Zgodnie z modelem warunkowania sprawczego, zachowanie, które jest wzmacniane, czy nagradzane ma dużą szansę na ponowne pojawienie się, a zachowanie, które nie jest wzmacniane będzie miało tendencję do zanikania. Nauczyciel analizując powtarzające się zachowanie ucznia powinien uświadomić sobie, że prawdopodobnie jest ono w jakiś sposób wzmacniane przez środowisko. Natomiast zachowanie pożądane w ogóle nie jest wzmacniane, co może być przyczyną tego, że nie może się ono ustalić<sup>11</sup>. To najczęstszy błąd nauczycieli, którzy nie uświadamiają sobie uwarunkowań danej sytuacji lub nie potrafią zapanować nad swoimi emocjami. Wobec takich dzieci użyteczna jest **technika modyfikacji zachowań**. Podczas wykorzystywania technik modyfikacji zachowania nauczyciel

<sup>10</sup> Ibidem

<sup>11</sup> FONTANA D., *Psychologia dla nauczycieli*, Poznań, wyd. Zysk i Ska, 1995, s. 378.



powinien stworzyć listę tych elementów zachowania, które stwarzają problemy u danego dziecka i odpowiadające tym zachowaniom rutynowe reakcje nauczyciela lub klasy. Na przykład:

- uczeń głośno ziewa i okazuje znudzenie – nauczyciel przerywa lekcję i komentuje brak zainteresowania ucznia, przywołując poprzednie takie sytuacje;
- uczeń nie podejmuje pracy, nie wyciąga książek, mimo polecenia skierowanego do całej klasy – nauczyciel zwraca się do niego, próbując ustalić przyczyny, komentuje jego zachowanie;
- uczeń udziela głupich odpowiedzi na pytania kierowane do wszystkich – nauczyciel poucza go, żeby podniósł rękę przed odpowiedzią<sup>12</sup>.

Za każdym razem nauczyciel koncentruje swoją uwagę na dziecku, wzmacniając nieświadomie jego zachowanie. A w sytuacjach, w których uczeń działa zgodnie z oczekiwaniami: wykonuje polecenia kierowane do całej klasy, zgłasza się przed odpowiedzią – nauczyciel często ignoruje go, ciesząc się, że tym razem mu nie przeszkadza. Z punktu widzenia motywów ucznia zachowanie pożądane „nie opłaca mu się”. Dlatego nauczyciel powinien wzmacniać zachowania pożądane, kierując swoją uwagę na ucznia, np. pytając go, gdy się zgłasza, albo chwaliąc za podjęcie pracy, a ignorować zachowania niepożądane. Wymaga to od nauczyciela samokontroli i pracy nad swoimi stereotypowymi reakcjami oraz panowania nad własną irytacją. Czasem uczeń przejawia zachowania bardziej akceptowalne społecznie, ale jednak absorbujące uwagę nauczyciela, np. ciągła chęć pomocy nauczycielowi, wyrażanie nadmiernego zainteresowania, nieustanne wkradanie się w łaski nauczyciela za pomocą pochwał i komplementów. Nauczyciel dopiero po pewnym czasie może zorientować się, że te zachowania stają się nachalne i utrudniają mu pracę z całą klasą. Niekiedy uczniowi bardziej zależy na uwadze rówieśników i również wówczas jego zachowania rozbijają tok lekcji. Pomocne może okazać się uświadomienie sobie, że uczeń uruchamia te zachowania często w sposób nieświadomy i tak naprawdę służą one zaspokojeniu ważnych dla niego potrzeb, a nie są skierowane przeciwko nauczycielowi. Większą skuteczność ma technika modyfikacji zachowań, jeśli stosują ją wszyscy nauczyciele uczący w danej klasie. Należy się jednak liczyć z powrotami dziecka do starych wzorców zachowań, mimo poprawy sytuacji. Ważna jest więc konsekwencja i cierpliwość nauczycieli.

**Zyskiwanie władzy** jest kolejnym motywem nieprawidłowych zachowań uczniów. Opiera się na przekonaniu, że jest się akceptowanym, tylko wówczas, gdy kieruje się grupą, kiedy jest się „szefem”. To skłania uczniów do walki o władzę i sprawowanie kontroli z nauczycielem. Uczniowie tacy często wchodzą w otwartą

---

<sup>12</sup> Ibidem

konfrontację, nie wykonują poleceń. Takie zachowania, jeśli utrzymują się długo, najczęściej wywołują u nauczyciela lęk lub gniew i mało racjonalną postawę toczenia swoistej własnej wojny z uczniem. Najlepiej nie dopuszczać do takich sytuacji, a jeśli wystąpią, ucinać je, zanim się rozwiną i porozmawiać z uczniem spokojnie na osobności<sup>13</sup>. Brak „publiczności” w postaci kolegów znacznie zwiększa możliwości racjonalnego dialogu i ustalenia zasad „współistnienia”. Warto również stwarzać uczniom więcej możliwości podejmowania ważnych dla nich decyzji, współdecydowania o tym, co się dzieje w szkole, ale również ponoszenia współodpowiedzialności. Zwiększając poczucie sprawstwa zwiększamy odpowiedzialność, a przez to dojrzałość i gotowość do współpracy u uczniów.

Nauczycielom uczniów, u których motywem niepożądanego zachowania są **porachunki i zemsta** zaleca się systematyczne i uważne budowanie relacji z tymi uczniami opartych na zaufaniu. Uczniowie ci, często z bardzo niską samooceną, z doświadczeniem odrzucenia, zakładają, że nie będą lubiani i nieufnie traktują tych, którzy zachowują się przyjaźnie. Przyjmują bowiem, że uprzejmość i przyjazna postawa nauczyciela służy jedynie manipulacji. Zachowanie cierpliwości, panowanie nad własnym rozczarowaniem i poczuciem krzywdy, gdy uczeń kolejny raz zawodzi nauczyciela oraz docenianie zalet ucznia i podnoszenie jego samooceny, to szansa na zmianę jego zachowania.

**Ujawnianie własnych niedostatków** to cel, który opiera się na „(...) mylnym przekonaniu ucznia, że warunkiem przynależności jest dowiedzenie innym, by nie spodziewali się po nim wiele (...) Tacy uczniowie zdaniem Dreikursa nie uważają się za równie zdolnych jak rówieśnicy, więc wolą pozostać na uboczu. W kontaktach z takimi uczniami nauczyciele odczuwają zwątpienie i bezsilność, wyrażające się postawą „poddaję się”, albo nadmierną troskliwością i zamartwianiem; jedno i drugie sygnalizuje dziecku, że samo sobie nie poradzi, jego samoocena jest zatem trafna. Interwencje nauczyciela zwykle mają na celu wciągnięcie ucznia do pracy, na co biernie przystaje z pozoru i nie wykazuje żadnych postępów”<sup>14</sup>. Uczeń prawdopodobnie tak boi się porażki, że woli nie podejmować zadania, aby ponownie jej nie doznać. Postawa bierności jest dla niego bezpieczniejsza. Działania nauczyciela powinny być ukierunkowane na zwiększanie kompetencji ucznia, stwarzanie sytuacji, w których ma on gwarancje sukcesu, wzmacnianie jego samooceny. Jeśli wycofanie się ucznia z aktywności ma głębsze podłoże, konieczna może okazać się pomoc innych specjalistów.

Omówione powyżej uwarunkowania niepożądanych zachowań uczniów, sprawiania przez nich trudności wychowawczych stanowią jedynie wycinek możliwych przyczyn. Zawsze podstawą skutecznej pracy z uczniem sprawiającym trud-

<sup>13</sup> ROBERTSON J., op. cit., s. 111-112.

<sup>14</sup> Ibidem, s. 113.

ności wychowawcze powinna być pełna diagnoza pedagogiczna przeprowadzona samodzielnie przez nauczyciela, bądź we współpracy z innymi specjalistami. Moim celem było wskazanie nauczycielom, jak istotną rolę w pojawianiu się tych zachowań, ich powtarzaniu się lub problemach z radzeniem sobie z nimi pełni sam nauczyciel, jego zachowania, jego relacja z uczniem i z klasą, a więc kontekst tego zjawiska.

### Zachowanie ładu i dyscypliny w klasie szkolnej

Oprócz problemów z uczniami w wymiarze indywidualnym nauczyciele również mają **problemy z zachowaniem ładu i dyscypliny w klasie**. Oczywiście te dwa zagadnienia są ze sobą ściśle związane. Uczeń sprawiający trudności wychowawcze zawsze działa w jakimś kontekście, w relacji z pozostałymi uczniami i nauczycielem. Owa relacja z klasą mająca postać aplauzu dla jego zachowania lub obojętnej reakcji, czy też negacji ma dla nauczyciela ogromne znaczenie i stanowi istotny warunek możliwości poradzenia sobie z danym problemem. To oznacza, że dobre relacje z klasą pozwalają nam lepiej radzić sobie z trudnościami sprawiającymi przez pojedynczych uczniów. Dlatego też w tym sensie, oprócz wielu innych powodów, warto takie relacje budować.

Nauczyciel w pracy z klasą, najczęściej ma do czynienia z zakłóceniami ładu i dyscypliny, które przyjmują postać:

- codziennych przypadków spowalniania procesu dydaktycznego;
- pasywnej postawy uczniów: współpraca się nie układa; uczniowie nie chcą brać udziału w lekcji;
- zakłóceń relacji między uczniami - wrogie stosunki między różnymi grupami uczniów lub między pojedynczymi uczniami<sup>15</sup>.

Zachowanie ładu i dyscypliny w klasie nie powinno kojarzyć się tylko z działaniami zapewniającymi spokój i ciszę, mającymi podkreślić przewagę i dominację nauczyciela. Raczej ład i dyscyplinę rozumiem jako możliwość realizacji założonych celów przez nauczyciela, jako działania sprzyjające efektywnemu uczeniu się. Dlatego też, szczególne znaczenie mają działania o charakterze profilaktycznym, a nie tylko reagowanie na istniejące już problemy. Nauczyciel, który nie umie stworzyć atmosfery ładu i dyscypliny na lekcji nie będzie miał szansy pokazać, że jest dobrym nauczycielem. Nauczyciele nie zawsze identyfikują powyższe zakłócenia jako sytuacje trudne, wymagające skutecznej interwencji i głębszego namysłu. Warto jednak diagnozować takie sytuacje i opracowywać plan działania, bowiem skutki ich występowania są poważne, a należą do nich:

---

<sup>15</sup> NOLTING H.P., *Jak zachować porządek w klasie*, Gdańsk, wyd. GWP, 2004, s. 10.

- Obciążenie emocjonalne. Nauczyciele odnoszą wrażenie jakby uczyli „przeciw klasie”, zabiera im to przyjemność pracy. Odczuwają zmęczenie, zniechęcają się, co z czasem może prowadzić do syndromu wypalenia zawodowego.
- Agresywne zachowania nauczycieli wobec uczniów. Nie mogąc sobie poradzić z klasą, ustawicznie stykając się z sytuacjami uciążliwymi nastawiają się negatywnie wobec uczniów, a ich własna bezsilność wywołuje reakcje nieadekwatne do bodźców.
- Strata czasu przeznaczanego na nauczanie<sup>16</sup>.

Hans-Peter Nolting proponuje zastosowanie 4 strategii radzenia sobie z klasą na co dzień, które sprzyjają zachowaniu ładu i dyscypliny w klasie.

1. Zapobieganie przez aktywizację jak największej liczby uczniów.
2. Zapobieganie przez nadanie lekcji płynnego przebiegu.
3. Zapobieganie przez ustalenie przejrzystych reguł gry.
4. Zapobieganie za sprawą sygnałów wszechobecności i sygnałów powstrzymujących.

*Strategia zapobiegania przez aktywizację jak największej liczby uczniów* koncentruje się na wyzwaniu aktywności służącej uczeniu się. Zachowanie nauczyciela powinno zarówno inspirować ten proces (prezentowanie materiału, zadawanie pytań, przydzielanie zadań), jak i być reakcją na niego (percepcja, rejestracja, kontrola, ocena). Strategia ta nie jest oczywiście odkrywczą, bowiem aktywizowanie uczniów na lekcji jest nauczycielom znane z dydaktyki. Zbyt rzadko jednak nauczyciele dostrzegają związek między aktywnością ucznia, a zachowaniem ładu i dyscypliny na lekcji. Warto zadać sobie pytanie: Jak mogę zmienić przebieg lekcji, żeby ograniczyć jej zakłócenia przez uczniów? A nie tylko: Jak mam pokrozić tych, którzy uniemożliwiają mi osiągnięcie celów lekcji? Można tę prawidłowość odnaleźć w potocznym dość stwierdzeniu, że „uczeń przeszkadza, gdy się nudzi”. Zadbanie o zainteresowanie, motywację i aktywność uczniów jest więc jednym ze sposobów zapewniania ładu na lekcji. Jest to więc strategia wymagająca od nauczyciela wiedzy i umiejętności merytorycznych, dydaktycznych, ale również psychologicznych. Wśród działań nauczyciela składających się na tę strategię można wymienić:

- Przygotowanie interesującej prezentacji, jeżeli jakiś fragment lekcji musi być realizowany metodą podającą.
- Stosowanie różnorodnych metod nauczania, ilustrowanie treści przykładami z życia, odwoływanie się do osobistych doświadczeń.

---

<sup>16</sup> Ibidem, s. 11-12.

- Przestrzeganie reguł dotyczących komunikacji interpersonalnej (głos, mimika, gestykulacja, sposób poruszania się po sali).
- Sprawienie, aby wszyscy uczniowie czuli się adresatami wypowiedzi nauczyciela. Sprzyjają temu zachowanie bazujące na zadawaniu pytań: (najpierw pytanie, a potem wskazanie osoby odpowiadającej; wybieranie ucznia- bez klucza, pauza na namysł).
- Organizowanie pracy w grupach (uczniowie powinni otrzymać wskazówki na czym ich praca ma polegać i jak powinni współpracować oraz ile mają czasu na wykonanie zadania). Ważna jest rola nauczyciela w kontrolowaniu pracy w grupach, uczniowie powinni mieć świadomość, że nauczyciel czuwa nad tym, kto i jak pracuje.
- Stosowanie pozytywnych komentarzy, które traktowane jako nagroda, dodatkowo inspirują uczniów do aktywności. Pochwała powinna dotyczyć osobistych postępów ucznia; powinna konkretnie wskazywać, to za co ucznia chwalimy; szczególną uwagę należy zwracać na wysiłek włożony w osiągnięcia, a nie na zdolności.

*Strategia zapobiegania przez nadanie lekcji płynnego przebiegu* dotyczy głównie jej dobrej organizacji, tak, aby nie marnować czasu, nie wprowadzać chaosu, czy wrażenia nieporadności. Niestety czas zmarnowany z powodu złej organizacji lekcji nie może być, tak jak na przykład na meczu, doliczony. Nauczyciel respektujący tę strategię powinien zwrócić uwagę na:

- Unikanie okresów oczekiwania: należy zadbać, by przechodzenie od jednej formy do drugiej nie zabierało za dużo czasu; wykonywać czynności jednocześnie (rozmawiając z jednym zespołem zwracać uwagę na całą klasę); wyraźne sygnalizować początek lekcji i kolejne jej fragmenty, a także rozpoczęcia i zakończenia różnych form aktywności uczniów; udzielać jasnych instrukcji przy inicjowaniu nowych form aktywności.
- Unikanie zakłóceń powodowanych przez samego siebie: należy ignorować błahе wydarzenia (ktoś upuścił długopis, spóźnił się, ale wchodzi nie zakłócając lekcji); koncentrować się w swoich komentarzach na zadaniu, a nie na zakłóceniach; omawiać trudniejsze problemy z uczniami po zakończeniu lekcji; problemom z całą klasą poświęcać odrębne lekcje.

*Strategia zapobiegania przez ustalenie przejrzystych reguł gry*, to jasne określenie zasad współpracy, sformułowanie oczekiwań nauczyciela dotyczących zachowania uczniów w określonych sytuacjach. Dotyczą one całej klasy, więc nie „naznaczają” żadnego ucznia, a przez to wydają się bardziej sprawiedliwe. Dzięki ich przyjęciu nauczyciel zyskuje pewne narzędzie oddziaływania, ponieważ może się do nich odwołać w sytuacji wykroczenia, a uczniowie nie są tym zaskoczeni. Strategia ta jest skuteczniejsza, gdy: reguł nie ma zbyt dużo; są tak formułowane, aby trafiały uczniom do przekonania; są z nimi przedyskutowane; są wprowadza-

ne na początku roku szkolnego; mają pozytywny wydźwięk i stosują je wszyscy nauczyciele. Warto też uświadomić uczniom, jakie następstwa pociągają za sobą zarówno pozytywne jak i negatywne ich zachowania.

*Strategia zapobiegania za sprawą sygnałów wszechobecności i sygnałów powstrzymujących*, to takie zachowania nauczyciela, które sprzyjają przestrzeganiu ustalonych zasad, zapobiegają zakłóceniom lub tłumią je w zarodku. Nauczyciele nie zawsze zdają sobie sprawę ze znaczenia tych zachowań dla zachowania ładu i dyscypliny w klasie, choć często stosują je intuicyjnie, podkreślając swoją „wszechobecność”. Na tę strategię składają się następujące zachowania nauczyciela:

- Sygnały niewerbalne: ogarnianie wzrokiem całej klasy; przechadzanie się po klasie; spoglądanie na innych w trakcie rozmowy z jednym uczniem; tłumienie zakłócenia w zarodku – za pomocą odpowiedniego spojrzenia, mimiki, gestu; podchodzenie do uczniów, którzy przeszkadzają.
- Sygnały werbalne: powinny się ograniczyć do krótkich, zwięzłych wypowiedzi; należy wypowiadać imię ucznia, który przeszkadza; uwagi powinny być pozytywne, wypowiedziane przyjaznym tonem; należy stosować częste interwencje na początku współpracy – konsekwentnie, bez odroczeń i bez wyjątków - co daje oczekiwane efekty<sup>17</sup>.

Najlepiej, gdy nauczyciele potrafią stosować wszystkie wymienione strategie równocześnie. Tę umiejętność nabywa się i doskonali poprzez praktykę, ale tylko pod warunkiem, że nauczyciel ma wiedzę dotyczącą owych strategii, rozumie potrzebę ich stosowania oraz potrafi obdarzać refleksją swoje działanie i wyciągać z popełnianych błędów wnioski sprzyjające doskonaleniu. Tradycyjne sposoby zachowania ładu i dyscypliny zorientowane są głównie na nauczyciela i polegają na stosowaniu kar, odgrywaniu roli „policjanta”. Jest to behawioralny punkt widzenia, ponieważ nie uwzględnia przyczyn nagannego zachowania ucznia, a w związku z tym nikłe są szanse na jego względnie trwałą zmianę. Dlatego też oprócz działań wchodzących w skład wymienionych strategii zachowania ładu i dyscypliny w klasie szkolnej, absolutnie niezbędne jest rozwijanie u uczniów odpowiedzialności i samodyscypliny, umiejętności kierowania własnym zachowaniem. Jako przykład tego typu działań może posłużyć propozycja dyscyplinowania młodzieży będąca studium przypadku gimnazjum z La Cima<sup>18</sup>. Przyjęty w tym gimnazjum plan dyscyplinowania polegał na rozwijaniu u uczniów odpowiedzialności za samokontrolę, za pomocą metody opartej na rozwiązywaniu problemów. „Jej założenie i cele wspiera teoria i badania nad samodzielnym i odpowiedzialnym procesem nauki, a zwłaszcza wartość jaką przykłada ona do refleksji nad własnymi wyborami i ich konsekwencjami. Wyższe poziomy reflek-

<sup>17</sup> Ibidem, s. 37-64.

<sup>18</sup> RIDLEY D.S., WALTHER B., *Jak nauczyć dzieci odpowiedzialności*, Gdańsk, wyd. Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne, 2005.

sji pozwalają oszacować własne myśli, uczucia oraz zachowania, (...) zwiększają również spójność intencji i czynów”<sup>19</sup>. Propagatorzy tego planu wychodzą z założenia, że uczniowie potrafią kierować własnym zachowaniem. Podwaliny wspomnianego planu stanowi:

- pięć poziomów planowania odpowiedzialności, w celu rozwinięcia zachowań alternatywnych;
- osiem zasad osiągnięcia sukcesów w planowaniu odpowiedzialności przez uczniów;
- formuła zebrań klasowych.

Poziom pierwszy planowania odpowiedzialności nazywa się szybką korektą. Nauczyciel pyta „Co robisz?” „Jaka jest zasada?” „Możesz to zrobić?” „Dziękuję” W przypadku drobnych zakłóceń lekcji taka korekta bywa skuteczna. Przykład:

„Nauczyciel: Agnieszko, co robisz?

Agnieszka: Kuba robi do mnie miny.

Nauczyciel: Agnieszko, co TY robisz?

Agnieszka: Próbuję pisać na ręku Kuby.

Nauczyciel: Jaką mamy zasadę?

Agnieszka: „Trzymaj ręce przy sobie”.

Nauczyciel: Tak jest. Czy możesz to zrobić?

Agnieszka: Tak

Nauczyciel: Dziękuję”<sup>20</sup>.

Jeżeli po kilku próbach zachowanie ucznia nie zmienia się, wprowadza się kolejny poziom: plany werbalne, który stanowi poszerzenia powyższych pytań o pytanie „Co jeszcze możesz zrobić, gdy dojdzie do tego następnym razem?”. Jeżeli uczeń przedstawi sensowną propozycję, nauczyciel wyraża nadzieję, że uczeń dotrzyma słowa. Uczniom często brakuje refleksji nad swoimi intencjami, zachowaniami i ich skutkami, przez co działają niespójnie, automatycznie i często wbrew swoim interesom. Wzbudzenie tej refleksyjności, towarzyszenie uczniowi przy namyśle nad alternatywnym rozwiązaniem lub nawet pomoc w jego sformułowaniu, sprzyja bardziej aktywnemu i wewnątrzsterownemu rozwiązywaniu problemów przez uczniów. Jeśli zawodzą wymienione działania w gimnazjum w La Cima wdraża się poziom trzeci polegający na budowaniu planu poprzez wyznaczenie uczniowi pracy pisemnej. Taki plan powinien zawierać logiczne konsekwencje działania. Nauczyciel może pomagać uczniowi w ich formułowaniu lub negocjować je z uczniem. Jeśli mimo trzykrotnych prób plan kończy się niepowo-

---

<sup>19</sup> Ibidem, s. 56.

<sup>20</sup> Ibidem, s. 58.

dzeniem, wdrażany jest poziom czwarty, na którym uczeń zostaje skierowany do gabinetu wicedyrektora i w odrębnej sali uczniowie analizują swoje zachowanie. Sugerowane jest powiadomienie rodziców. Poziom piąty polega na tzw. dniu decyzji, jest to sesja, na której dyrektor, rodzice i uczeń wymyślają strategię działania dla tego ucznia<sup>21</sup>. Praca ta wymaga od nauczycieli pewnej cierpliwości i wspierania ucznia w jego działaniu, a także świadomości, że u podstaw zachowania ucznia leżą jego starania w zaspokojeniu jakiejś potrzeby. Stwarzanie atmosfery sprzyjającej pozytywnym kontaktom międzyludzkim, w której uczniowie mają szansę w sposób bezpieczny uświadamiać sobie te potrzeby, a także dostrzegać ich związek ze swoim postępowaniem i jego konsekwencjami, umożliwia przyjmowanie przez nich odpowiedzialności za siebie i jest wiadomym skutkiem wychowawczym. W przedstawianym modelu dyscypliny obowiązuje osiem zasad służących uczniom do skutecznego planowania i przejmowania odpowiedzialności. Zasady te należy traktować jedynie jako wskazówki. Mają one następującą postać:

- Zaangażuj uczniów na wszystkich poziomach. Wymaga to znajomości uczniów przez nauczycieli, postawy szacunku, poszukiwania w uczniach również ich pozytywnych stron.
- Zajmuj się teraźniejszością, nie przeszłością.
- Nakłaniaj uczniów, by oceniali swoje zachowanie. Należy pomóc uczniowi w zaakceptowaniu problemu jako jego własnego, a nie obwinianiu innych.
- Twórzcie plany poprawy zachowania w przyszłości, najlepiej jasno sformułowane i niezbyt rozbudowane.
- Udzielaj wsparcia poprzez proste sygnały niewerbalne i werbalne, albo, jeśli jest taka potrzeba, poprzez zorganizowanie odrębnego spotkania poświęconego omówieniu planu ucznia i skutków jakie przyniosą mu sukces.
- Nie pozwalaj na usprawiedliwienia, bowiem służą one głównie przerzuceniu winy na innych i unikaniu odpowiedzialności przez ucznia. Należy skupiać się na tym, co można zrobić, aby to zachowanie zmienić.
- Nie karz nieudanych prób wdrażania planu. Nauczyciel jednak powinien doprowadzić do tego, aby uczeń poniósł zaplanowane przez siebie konsekwencje nieprawidłowego zachowania.
- Poczekaj aż proces planowania odpowiedzialności zacznie działać. Trzeba sobie zdawać sprawę, że wymaga to czasu, ponieważ wiele zachowań stanowi funkcję nieuświadomionych nawyków<sup>22</sup>.

Ostatnim ogniwem opisanego planu jest organizowanie przez nauczycieli zebrań klasowych, na których poruszane są różnorodne problemy społeczne, edukacyjne. Ważne jest, aby zachęcać uczniów do otwartej komunikacji, uczyć

---

<sup>21</sup> Ibidem, s. 59-60.

<sup>22</sup> Ibidem, s. 60-62.



rozważania różnych stron danego problemu, uwzględniania zróżnicowanych poglądów, ale też doprowadzania do poszukiwania konstruktywnych rozwiązań. Przedstawiony opis przypadku jest oczywiście tylko jakąś propozycją, umiejscowioną w nieco innej rzeczywistości społecznej. Zachętą do zainteresowania się nim bardziej szczegółowego mogą być dwuletnie efekty wprowadzania tegoż programu w gimnazjum. „Liczba zakłóceń na lekcji, bądź na terenie szkoły spadła o 35%. Liczba nieusprawiedliwionych nieobecności spadła o 56%. Liczba spóźnień spadła o 71%. Liczba aktów wandalizmu, kradzieży, podpażeń spadła o 50%”<sup>23</sup>. W narastającej dobie borykania się nauczycieli z problemami wychowawczymi i zakłóceniami ładu i dyscypliny warto poszukiwać różnych sposobów radzenia sobie z tym problemem, dostosowywać je do konkretnej sytuacji z uwzględnieniem własnych możliwości i ograniczeń. Uczenie uczniów podejmowania odpowiedzialności i refleksyjności wymaga tego samego od nauczyciela.

W sytuacji, gdy wystąpi już zachowanie wymagające ingerencji nauczyciela, należy przestrzegać pewnych reguł, których znajomość ogranicza popełnianie błędów przez nauczyciela, nadaje jego działaniu charakter uświadomionych i celowych zachowań, a nie impulsywnych i nieprzemyślanych. Wśród reguł sprzyjających skutecznemu ingerowaniu w sytuacji zakłócenia ładu i dyscypliny w klasie szkolnej można wymienić następujące:

- Należy planować ingerencje od najmniej do najbardziej inwazyjnych, tworzyć program narastających konsekwencji.
- Warto przy powtarzających się zachowaniach uczniów próbować przewidzieć te zachowania, ich reakcje na naszą interwencję i naszą reakcję na ich opór. Nawet wyobrażenie sobie tej sytuacji sprawia, że jesteśmy do niej lepiej przygotowani, reagujemy bardziej racjonalnie.
- Rozwijamy w uczniach poczucie odpowiedzialności za własne zachowanie poprzez: omawianie zasad obowiązujących w klasie szkolnej i konsekwencji wynikających z nieprzestrzegania ich; zastępowanie kontroli zachęta do współpracy; pozostawianie uczniowi wyboru między wykonaniem polecenia, a poniesieniem konsekwencji za niewykonanie.
- Żeby unikać u uczniów przeświadczenia, że podlegają przymusowi i presji, a skłonić ich do współpracy, ingerencje powinny być łagodzone poprzez: kierowanie ich do całej klasy; zwracanie uwagi uczniowi cicho lub w „cztery oczy”; kulturalne zachowanie nauczyciela używającego słów „proszę”, „ze-chciej”. Dzięki temu, że nie doprowadzamy do konfrontacji, uczniowi łatwiej jest wycofać się ze swojego zachowania, nie „tracąc twarzy” przed grupą.
- Ingerencje bezpośrednie, którymi przerywamy czynność ucznia są bardziej skuteczne, gdy: stosujemy je tylko w koniecznych przypadkach, nawiążemy

---

<sup>23</sup> Ibidem, s. 66.

przedtem kontakt – uczniowie są cicho i uważają, ingerencje są krótkie, pozytywne i spójne wewnętrznie<sup>24</sup>.

- Przygotowując się do sytuacji konfliktowych jako nieuchronnych, należy pamiętać, że łatwiej je rozwiązywać, jeżeli:
  - o „w stosunkach z uczniami panuje atmosfera współpracy;
  - o nauczyciel rozprawia się z zachowaniem, nie zaś z osobą;
  - o rozmowy przebiegają bez udziału widzów;
  - o nauczyciel nie próbuje zastraszać, dominować lub wycofać się;
  - o nauczyciel okazuje uczniowi szacunek, nie próbuje go wprawić w zakłopotanie, upokorzyć, lekceważyć;
  - o bierze się pod uwagę uczucia i wrażliwość ucznia;
  - o proponuje się wyjście kompromisowe;
  - o wszystko przebiega w spokoju i nauczyciel nie próbuje zastraszyć ucznia wybuchami gniewu;
  - o napiętą atmosferę rozładuje się żartem”<sup>25</sup>.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- FONTANA D., *Psychologia dla nauczycieli*, Poznań, wyd. Zysk i Ska, 1995.
- IZDEBSKA H., *Trudności wychowawcze*, [w] Pomykało W. (red.), *Encyklopedia pedagogiczna*, Warszawa, wyd. Fundacja Innowacja, 1993.
- MAKSYMOWSKA E., SOBOLEWSKA Z., WERWICKA M., *Wychowywać ucząc*, Warszawa, wyd. CODN 2006.
- NOLTING H.P., *Jak zachować porządek w klasie*, Gdańsk, wyd. GWP, 2004.
- RIDLEY D.S., WALTHER B., *Jak nauczyć dzieci odpowiedzialności*, Gdańsk, wyd. Gdańskie Towarzystwo Psychologiczne, 2005.
- ROBERTSON J., *Jak zapewnić dyscyplinę, ład i uwagę w klasie*, Warszawa, wyd. WSiP, 1998.
- STRZEMIESZNY J., *Zajęcia socjoterapeutyczne*, Warszawa, wyd. PTP ORUW, 1988.
- TARASZKIEWICZ M., *Jak uczyć lepiej? Czyli refleksyjny praktyk w działaniu*, Warszawa, wyd. CODN, 1996.

---

<sup>24</sup> ROBERTSON J., op. cit., s. 205-206.

<sup>25</sup> Ibidem, s. 207.

**Przykładowa, anonimowa ankieta  
na temat agresji i przemocy w szkole,  
dla przeprowadzenia wśród uczniów przez Samorząd Uczniowski**

- 1) Czy w szkole są grupy uczniów, których boją się inni?
  - tak
  - nie
  - nie wiem
- 2) Czy jesteś członkiem grupy, której boją się inni?
  - tak
  - nie
  - nie wiem
- 3) Czy w szkole są osoby, które używają siły dla wymuszenia czegoś od innych?
  - tak
  - nie
  - nie wiem
- 4) Czy w szkole spotkałeś/łeś się ze zjawiskiem znęcania się uczniów wobec siebie?
  - tak
  - nie
  - nie wiem
- 5) Czy zdarzyło Ci się, że w ciągu ostatnich 12 miesięcy na terenie szkoły:
  - celowo zniszczyłeś/łeś lub uszkodziłeś/łeś czyjąś własność?
    - o tak
    - o nie
  - pobiłeś/łeś kogoś celowo?
    - o tak
    - o nie
  - groziłeś/łeś komuś, że zrobisz mu coś złego?
    - o tak
    - o nie

- odebrałaś/łeś komuś coś celowo?
  - o tak
  - o nie
- ktoś pobił Ciebie celowo?
  - o tak
  - o nie
- ktoś celowo zniszczył lub uszkodził Twoją własność?
  - o tak
  - o nie
- ktoś groził Tobie, że zrobi Ci coś złego?
  - o tak
  - o nie
- ktoś odebrał Tobie coś siłą?
  - o tak
  - o nie

Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## UCZEŃ Z ADHD W ŚRODOWISKU SZKOLNYM I LOKALNYM

W przeciągu ostatnich dwudziestu lat zwiększyło się zainteresowanie pedagogów i psychologów nadpobudliwością, zintensyfikowały się także badania dotyczące tej kwestii. Sam sposób definiowania nadpobudliwości budzi wiele niejasności. Dla jednych uczonych jest to choroba, a dla drugich zaburzenie. Czym więc jest ADHD? Czy to wyłącznie wymysł psychiatrów i pedagogów czy też jego podłoża musimy szukać głębiej?

### **ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej. Terminologia i symptomy**

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej powszechnie znany jest na świecie jako ADHD. W ostatnich latach zaczęto coraz częściej mówić o tym zjawisku, a psychiatrzy i pedagodzy poświęcili mu wiele publikacji. ADHD definiowane było od lat jako zespół minimalnej dysfunkcji mózgu, wczesnodziecięcy zespół psychoorganiczny, zespół minimalnego uszkodzenia mózgu czy zespół zaburzeń hiperkinetyczno-odruchowych itp. Czym zatem dla specjalistów jest ADHD? W książce pt. *Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci* T. Wolańczyk, A. Kołakowski i M. Skotnicka używają w języku polskim określenia „zespół nadpobudliwości psychoruchowej” lub „zespół hiperkinetyczny”<sup>1</sup>. Według powyższych autorów „nadpobudliwość psychoruchowa rozumiana medycznie, oznacza zespół nadpobudliwości psychoruchowej, czyli zespół hiperkinetyczny, będący schorzeniem mającym charakterystyczne objawy i wymagającym odpowiedniego leczenia”<sup>2</sup>. E. Hallowell zdefiniował ADHD w następujący sposób:

<sup>1</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., *Nadpobudliwość psychoruchowa u dziecka*, Lublin, Wydawnictwo Bi Folium, 1999, s. 11.

<sup>2</sup> Ibidem, s. 14.

„ADHD jest zaburzeniem neurologicznym, na które składa się klasyczna triada następujących objawów: impulsywność, zaburzenia koncentracji i nadruchliwość lub nadmiar energii”<sup>3</sup>. Możemy śmiało stwierdzić, że osoby cierpiące na ADHD charakteryzują się nadmierną dynamiką ruchu względem rówieśników, posiadają niebывały temperament, przy czym mają problem z utrzymaniem uwagi i przyswajaniem wiedzy. Należy podkreślić, że definicja ta ujmuje zespół nadpobudliwości psychoruchowej jako zaburzenie neurologiczne, a nie jak powyżej – schorzenie.

Zespół nadpobudliwości psychoruchowej, to grupa zaburzeń charakteryzujących się „wczesnym początkiem (zazwyczaj w pięciu pierwszych latach życia), brakiem wytrwałości w realizacji zadań wymagających zaangażowania poznawczego, tendencją do przechodzenia od jednej aktywności do drugiej bez ukończenia żadnej z nich oraz zdezorganizowaną, słabo kontrolowaną nadmierną aktywnością”<sup>4</sup>. Specjaliści uważają, że zaburzenie to jest najbardziej widoczne u dzieci w wieku przedszkolnym. Dzieci takie nie potrafią skupić się na wykonywanej czynności, np. na rysowaniu. Bardzo szybko się nudzą, dlatego też szukają nowych wyzwań. Na tle rówieśników zdecydowanie wyróżniają się ruchliwością. Siedzenie w ławce to dla nich największa udręka, dlatego nazywani są wiercipiętami. Mają także zaburzenia koncentracji – rodzice i nauczyciele, zwracając się do dziecka nich, często powtarzają kilkukrotnie polecenia. Dzieci mają problem z przyswojeniem odpowiedniego bodźca.

Z powyższych definicji wnioskujemy, że ADHD jest zaburzeniem o podłożu neurologicznym, które objawia się już w wieku przedszkolnym i charakteryzuje się zaburzeniami koncentracji, nadmiarem energii i nadruchliwością.

W proponowanej przez Światową Organizację Zdrowia międzynarodowej klasyfikacji chorób (ICD-10) występuje termin *Hiperkinetic Disorder*, czyli „zespół hiperkinetyczny” lub „zaburzenia hiperkinetyczne”. Natomiast w klasyfikacji Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego (DSM-IV) jest mowa o *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), czyli o „zespolu nadpobudliwości psychoruchowej z zaburzeniami koncentracji uwagi”<sup>5</sup>.

Z punktu medycznego największym problemem jest ustalenie, czy dziecko posiada zespół nadpobudliwości psychoruchowej czy jest po prostu ruchliwe. Aby pomóc ustalić odpowiednie kryteria, specjaliści zajmujący się tym problemem dokonali międzynarodowej klasyfikacji.

<sup>3</sup> HALLOWELL E.M., RATEY J.J., *W świecie ADHD*, Poznań, Media Rodzina, 2004, s. 20.

<sup>4</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 14.

<sup>5</sup> Ibidem, s. 11.

## W ICD-10:

„Rozpoznanie zaburzeń hiperkinetycznych do celów badawczych wymaga wyraźnego stwierdzenia wyraźnie nieprawidłowego nasilenia zaburzeń uwagi, nadmiernej aktywności i niepokoju, które wzmagają się w różnych sytuacjach i utrzymują się w czasie, a które nie są spowodowane przez inne zaburzenia, takie jak autyzm i zaburzenia afektywne”<sup>6</sup>.

### G1. BRAK UWAGI

Co najmniej 6 z poniższych objawów braku uwagi utrzymywało się u dziecka ze zdiagnozowanym ADHD, przez co najmniej 6 miesięcy w stopniu prowadzącym do nieprzystosowania lub niezgodnym z poziomem rozwoju dziecka.

- Często niezwracanie bliższej uwagi na szczegóły lub częste beztroskie błędy w pracy szkolnej, pracy lub innych czynnościach.
- Często niepowodzenia w utrzymaniu uwagi na zadaniach lub czynnościach związanych z zabawą.
- Dziecko często wydaje się nie słyszeć, co zostało do niego powiedziane.
- Często niepowodzenia w postępowaniu według instrukcji albo w kończeniu pracy szkolnej, pomocy w domu lub wykonywaniu obowiązków w miejscu pracy (ale nie z powodu zachowania opozycyjnego ani niezrozumienia poleceń).
- Często upośledzona umiejętność organizowania zadań i aktywności.
- Często unikanie lub silna niechęć do takich zadań jak praca domowa wymagająca wytrwałego wysiłku umysłowego.
- Często zapominanie w toku codziennej aktywności.
- Często gubienie rzeczy niezbędnych do niektórych zadań lub czynności, jak: wyposażenie szkolne, ołówki, książki, zabawki lub narzędzia.
- Często łatwa odwracalność uwagi przez zewnętrzne bodźce<sup>7</sup>.

Brak uwagi powoduje, że dzieci nie potrafią wykorzystać potencjału, jaki posiadają. Wszelkie zewnętrzne bodźce powodują u nich rozproszenie, a rozpoczęte czynności lub zadania kończą się fiaskiem.

### G2. NADMIERNA AKTYWNOŚĆ

Co najmniej trzy z następujących objawów nadmiernej aktywności utrzymywały się przez co najmniej 6 miesięcy w stopniu prowadzącym do nieprzystoso-

---

<sup>6</sup> Ibidem, s. 25.

<sup>7</sup> Ibidem, s. 25.

wania lub niezgodnym z poziomem rozwoju dziecka.

- Często niespokojnie porusza rękoma lub stopami albo wierci się na krześle.
- Opuszcza siedzenie w klasie lub w innych sytuacjach, w których oczekiwane jest utrzymanie pozycji siedzącej.
- Często nadmiernie rozbieganie lub wtrącanie w sytuacjach, w których jest to niewłaściwe (w wieku młodzieńczym lub u dorosłych może występować jedynie poczucie niepokoju).
- Często przesadna hałaśliwość w zabawie lub trudność zachowania spokoju w czasie wypoczynku.
- Przejawianie utrwalonego wzorca nadmiernej aktywności ruchowej, praktycznie niemodyfikowanego przez społeczny kontekst i oczekiwania<sup>8</sup>.

Dzieci nadaktywne nie potrafią zapanować nad nadmiarem temperamentu, który w ich przypadku rozładowywany jest poprzez wiercenie, chodzenie po klasie, głośne gestykulacje w trakcie zabawy. W przypadku braku diagnozy ADHD i nieświadomości rodziców lub nauczycieli takie dziecko według nich jest uważane za niegrzeczne i nieprzestrzegające ogólnych norm i zasad.

### G3. IMPULSYWNOŚĆ

Co najmniej jeden z następujących objawów impulsywności utrzymywał się przez co najmniej 6 miesięcy w stopniu prowadzącym do niestosowania lub niezgodnym z poziomem rozwoju dziecka:

- Często udziela odpowiedzi, zanim pytanie jest dokończone.
- Często nie umie czekać w kolejce albo doczekać się swej rundy w grach lub innych sytuacjach grupowych<sup>9</sup>.
- Często przerywa lub przeszkadza innym (np. wtrąca się do rozmów lub gier innych osób).
- Często wypowiada się nadmiernie bez uwzględniania ograniczeń społecznych<sup>10</sup>.

Nie dla niego czekanie i kolejki. Jego impulsywność napędza go do natychmiastowego wykonania zadania lub przekazania na forum swojego zdania.

### G4. POCZĄTEK ZABURZENIA NIE PÓŹNIEJ NIŻ W WIEKU 7 LAT

---

<sup>8</sup> Tamże, s. 25–26

<sup>9</sup> Tamże.

<sup>10</sup> Tamże, s. 27.



## G5. CAŁOŚCIOWOŚĆ

Kryteria są spełnione w więcej niż jednej sytuacji, np. połączenie braku uwagi i nieaktywność występujące i w szkole, i w domu lub zarówno w szkole, jak i w innych okolicznościach, gdzie dzieci są obserwowane, takich jak klinika (potwierdzenie takiej sytuacyjnej rozpiętości zwykle będzie wymagało informacji z więcej niż jednego źródła, relacje rodziców na temat zachowania w klasie mogą okazać się niewystarczające<sup>11</sup>). Aby potwierdzić występowanie ADHD, niezbędna jest wnikliwa obserwacja. Na podstawie zachowania dziecka w przedszkolu, w domu i na podwórku specjaliści mogą potwierdzić występowanie symptomów, które odpowiedzialne są za ADHD.

## G6. OBJAWY G1–G3 POWODUJĄ ISTOTNE KLINICZNE CIERPIENIE LUB UPOŚLEDZENIE W ZAKRESIE FUNKCJONOWANIA SPOŁECZNEGO, SZKOLNEGO LUB ZAWODOWEGO

## G7. ZABURZENIE NIE SPEŁNIA KRYTERIÓW CAŁOŚCIOWYCH ZABURZEŃ ROZWOJOWYCH, EPIZODU DEPRESYJNEGO ANI ZABURZEŃ LĘKOWYCH<sup>12</sup>

Brak prawidłowych relacji, problem z przystosowaniem się do reguł panujących w grupie to główne objawy, które potwierdzają ADHD. Mimo dobrych chęci osoby te nie potrafią nawiązać pozytywnych kontaktów w grupie, a często ich zachowanie jest krytykowane i odrzucane przez grupę.

### W DSM-IV:

W *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders* (DSM-IV) stosuje się zasadę, że kryteria określające ADHD są spełnione, gdy co najmniej sześć symptomów z jednej z poniższych grup występuje przez co najmniej sześć miesięcy w stopniu, który jest niespójny z poziomem rozwoju dziecka.

### PROBLEMY Z BRAKIEM KONCENTRACJI UWAGI:

- Często nie przywiązuje uwagi do szczegółów, w zadaniach szkolnych, domowych lub w innych sytuacjach robi pomyłki wynikające z braku należytej uwagi.
- Często ma trudności ze skupieniem uwagi przy rozwiązywaniu zadań lub w trakcie gier i zabaw.

---

<sup>11</sup> Ibidem.

<sup>12</sup> Ibidem, s. 27.

- Często robi wrażenie, jakby nie słuchał, gdy mówi się wprost do niego.
- Często nie kontynuuje wykonywania poleceń i nie kończy zadań szkolnych, nie dopełnia obowiązków domowych lub obowiązków w pracy.
- Często ma trudności z organizacją zadań i zabaw.
- Często niechętnie angażuje się w działania, które wymagają długotrwałego wysiłku umysłowego (takie jak zadania szkolne lub domowe), nie lubi ich i ich unika.
- Często gubi rzeczy niezbędne do wykonywania zadań lub do zabawy (np. zabawki, zadania szkolne, ołówki, książki, narzędzia).
- Często i łatwo rozprasza się pod wpływem zewnętrznych bodźców.
- Często zapomina o codziennych zajęciach<sup>13</sup>.

Objawy braku koncentracji w DSM-IV są bardzo podobne jak symptomy w ICD-10. Do tych pierwszych należą krótka pamięć i słaba organizacja dnia codziennego.

#### PROBLEMY Z NADAKTYWNOŚCIĄ LUB IMPULSYWNOŚCIĄ:

- Często wymachuje kończynami i wierci się w ławce.
- Często opuszcza ławkę w trakcie lekcji lub w innych sytuacjach, w których należy pozostać na miejscu.
- Często biega lub skacze w sytuacjach, w których takie zachowanie jest nie-  
stosowne.
- Często ma trudności z zachowaniem ciszy w trakcie gry lub zabawy.
- Często jest w „ruchu”.
- Często mówi za dużo.
- Często wykrzykuje odpowiedzi, zanim pytanie zostanie zadane w całości.
- Często ma trudności z doczekaniem się na swoją kolej.
- Często przerywa lub przeszkadza innym<sup>14</sup>.

Ponadto symptomy muszą być obecne przed ukończeniem przez dziecko siedmiu lat i muszą spowodować upośledzenie społeczne lub szkolne<sup>15</sup>. Dzieci słabo przystosowują się do panujących wokół nich zasad. Jeżeli nawet je rozumieją, to nie potrafią zastosować ich w życiu.

DSM-IV w swojej klasyfikacji dokonała analizy na poniższe podtypy:

---

<sup>13</sup> PFIFNER L.J., *Wszystko o ADHD. Kompleksowy, praktyczny przewodnik dla nauczycieli*, Poznań, Wydawnictwo Zyski i S-ka, Wydanie I, 2004, s. 159.

<sup>14</sup> Ibidem, s. 159.

<sup>15</sup> Ibidem, s. 159–160.

1. Podtyp z przewagą zaburzeń koncentracji uwagi – dziecko nie może skupić się, potrafi natomiast pozostać w bezruchu, jeśli wymaga tego sytuacja.
2. Podtyp z przewagą nadpobudliwości psychoruchowej – nasz mały bohater biega w kółko, to tzw. „żywe srebro”, na którego aktywność nie wpływa ani sytuacja, ani potrzeba. Odpowiednio zmotywowany potrafi się skupić na dłużej.
3. Typ mieszany – czyli „dwa w jednym”.

U dziecka występują zarówno nasilone objawy niepokoju ruchowego, słaba kontrola impulsów. U chłopców częściej występuje podtyp mieszany lub z przewagą nadpobudliwości, zaś u dziewczynek – podtyp z zaburzeniami koncentracji uwagi<sup>16</sup>.

Bardzo ważne jest rozpoznanie, gdyż otoczenie jest wyrozumiałe dla zachowania dziecka nadpobudliwego i potrafi mu pomóc bez interwencji specjalistów, ADHD może zostać nierozpoznane do momentu, gdy dziecko znajdzie się w środowisku, w którym jego relacje nie będą lub nie mogą być akceptowane<sup>17</sup>. Czym młodsze dziecko, tym wyraźniejsze objawy nadpobudliwości i kłopotów z kontrolą impulsów, czym starsze – na pierwszy plan wysuwają się problemy z koncentracją uwagi.

### **Przyczyny nadpobudliwości psychoruchowej**

Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo to dzieci sprawiające otoczeniu najwięcej trudności wychowawczych ze względu na gwałtowne, często niepoahamowane reakcje emocjonalne (płacz, krzyk, złość), ruchowe (bójki, niszczenie przedmiotów, pośpiech i chaotyczność w zachowaniu, znaczna ruchliwość i żywiołowość), brak koncentracji na zadaniu (chaos myślowy, gonitwa myśli itp.). Bezpośrednią przyczyną takich zachowań dzieci nadpobudliwych jest od strony fizjologicznej wyraźna przewaga w układzie nerwowym procesów pobudzania nad hamowaniem<sup>18</sup>.

Przyczynami nadpobudliwości od strony biologicznej mogą być: różne czynniki uszkodzające ośrodkowy układ nerwowy (OUN), zarówno w okresie jego kształtowania się (okres płodowy i okołoporodowy), jak i później. Do czynników takich zaliczamy między innymi:

- czynniki uszkodzające komórkę nerwową (alkohol, narkotyki itp.),
- choroby zakaźne lub inne w czasie ciąży,

---

<sup>16</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 32.

<sup>17</sup> Ibidem.

<sup>18</sup> Ibidem, s. 17.

- zatrucia ciąży (leki, alkohol, papierosy),
- niewłaściwe odżywianie się w czasie ciąży,
- urazy mechaniczne w czasie ciąży,
- urazy mechaniczne lub niedotlenienie podczas porodu,
- poważne choroby lub urazy mechaniczne czaszki w wieku dziecięcym (np. zapalenie opon mózgowych, wypadki połączone ze wstrząsem mózgu itp.)<sup>19</sup>.

Wnioskujemy, że przyczyny ADHD mają swój początek w łonie matki. Wszelkie używki czy przebyte przez matkę w czasie ciąży choroby zakaźne mogą być przyczyną występowania tego zaburzenia. Nie bez znaczenia są również wszelkie konflikty, traumatyczne przeżycia rodzinne, które odbijają się na płodzie. Przyczyny te powiązane są z urazami i chorobami przebytymi przez dziecko we wczesnym dzieciństwie.

Coraz częściej można spotkać w literaturze fachowej twierdzenia, iż przeżycia psychiczne kobiety ciężarnej wywierają wpływ na organizm rozwijającego się płodu, przede wszystkim zaś na jego układ nerwowy. Wśród negatywnych czynników psychogennych, mogących zdaniem różnych autorów wpłynąć na rozwój płodu, wymienia się takie czynniki, jak: poważne konflikty rodzinne powodujące stany lękowe, wstrząs nerwowy związany z chorobą lub zgonem bliskiej osoby, jej uwięzieniem itp.<sup>20</sup> Dzisiejsza wiedza pozwala nam stwierdzić, że patomechanizm tych wpływów ma charakter biochemiczny, jednakże problem ten nie został do końca rozstrzygnięty. Być może, że zmiany biochemiczne, które w stanie silnego stresu zachodzą w organizmie kobiety ciężarnej, wywołują w tych sytuacjach uszkodzenie układu nerwowego na drodze bezpośredniej – poprzez swoistą intoksykację płodu. Być może jednak również, że torują one jedynie drogę w działaniu innych czynników patogennych na zasadzie zmniejszenia ogólnej odporności organizmu kobiety ciężarnej (na działanie infekcji, czynników toksycznych czy też niedotlenienia)<sup>21</sup>.

Obecnie wielu naukowców uważa, że praktycznie nie można tylko mikro-uszkodzeń OUN „obarczyć winą” za powstanie zespołu nadpobudliwości psychoruchowej. Rozpoznanie to jest prawdziwe jedynie dla małej grupy dzieci z ADHD, u których mikrouszkodzenia dotyczą głównie tych obszarów mózgu, które związane są czynnościowo z uwagą czy też kontrolą impulsywności (np. płaty czołowe mózgu). Ponieważ uwaga i kontrola zachowań wymaga współ-

---

<sup>19</sup> OPOLSKA T., POTEMPSKA E., *Dziecko nadpobudliwe. Program korelacji zachowań*, Warszawa, Drukarnia Oficyny Wydawniczej PW, wydanie III, 1998, s. 17–18.

<sup>20</sup> SPIONEK H., *Zaburzenia rozwoju uczniów a niepowodzenia szkolne*, Warszawa, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, wydanie IV, 1985, s. 35.

<sup>21</sup> Ibidem.

działania wielu ośrodków w mózgu objawy nadpobudliwości mogą towarzyszyć każdemu uszkodzeniu mózgu: okołoporodowemu, powypadkowemu, po zapaleniu mózgu<sup>22</sup>.

Wiemy również, że wśród czynników uszkadzających komórkę rozrodczą najczęściej wymienia się alkoholizm rodziców oraz choroby weneryczne. W przypadku dzieci nadpobudliwych trudno stwierdzić, w jakim procencie występują te czynniki jako uwarunkowanie zaburzenia, tym bardziej że alkoholizm rodziców przede wszystkim wpływa destrukcyjnie na atmosferę rodzinną i na warunki, w jakich wychowuje się dziecko, a tym samym na nasilenie nadpobudliwości<sup>23</sup>.

W życiu płodowym dziecko narażone jest na wiele czynników ujemnych mogących spowodować uszkodzenie. Okresem największej wrażliwości są pierwsze trzy miesiące ciąży, kiedy to następuje formowanie się układu nerwowego płodu. Do czynników uszkadzających w tym okresie (a także i później) zaliczamy: zakażenia wirusowe płodu (matka w czasie ciąży lub ktoś w jej bliskim otoczeniu w tym czasie przebywał choroby zakaźne, jak: odra, świnka, różyczka, grypa, żółtaczka zakaźna itp.), zatrucia spowodowane piciem alkoholu w czasie ciąży, paleniem papierosów, przyjmowaniem nieostrych leków nasennych, uspokajających lub stosowanych w celu usunięcia ciąży, przebyte przez matkę zatrucia ciężarowe lub zatrucia pokarmowe, niewłaściwe odżywianie się matki, zwłaszcza brak witamin A i B<sub>2</sub> oraz niedostateczna ilość pokarmów białkowych. Tego rodzaju niedożywienie może nastąpić przy uporczywych wymiotach zdarzających się u kobiet ciężarnych, przy braku apetytu, jak również złych warunkach materialnych: urazy mechaniczne: ten sam wpływ w postaci niedotlenienia płodu mogą mieć choroby krążenia u matki<sup>24</sup>. Chodzi tutaj również o nieudane próby usunięcia ciąży, nieszczęśliwe upadki czy też niedokrwienie rozwijającego się organizmu.

Okres porodu jest znacznym wstrząsem dla dziecka, toteż w tym czasie może dojść do uszkodzenia nerwowego noworodka z różnych przyczyn. Mogą to być urazy mechaniczne spowodowane zbyt szybką lub nieprawidłową akcją porodową, powodującą zniszczenie tkanki mózgowej lub wylewy śródczaszkowe. Również niedotlenienie dziecka przejawiające się w postaci tzw. zamartwicy spowodowane jest długotrwałym porodem, zaciśnięciem pępowiny wokół szyi dziecka itp., co odbija się w sposób charakterystyczny na wyglądzie noworodka – sinica skóry lub jej nadmierna bledość.

---

<sup>22</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 18.

<sup>23</sup> NARTOWSKA., *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa, Nasza Księgarnia, Biblioteka Psychologii Wychowawczej, 1972, s. 38.

<sup>24</sup> Ibidem.

Po urodzeniu dziecka uszkodzenie ośrodkowego układu nerwowego może nastąpić na skutek przebycia zapalenia mózgu lub opon mózgowych, z powodu ciężkiego przebiegu chorób zakaźnych (wysoka temperatura, drgawki). Przyczyną uszkodzeń OUN mogą stać się urazy mechaniczne czaszki (upadki, wypadki drogowe itp.)<sup>25</sup>. Potwierdza się bowiem teoria, że przyczyny tego zaburzenia mają podłoże neurologiczne i związane są z urazami czaszki.

W wielu badaniach, w których oceniano budowę i pracę mózgu, okazało się, że osoby cierpiące z powodu ADHD mogą mieć specyficzne wzorce przetwarzania informacji. Dotyczy to zwłaszcza pracy kory przedczołowej mózgu, struktur podkorowych, spoidła wielkiego oraz mózdzku. Te wzorce wydają się odpowiedzialne za powstawanie objawów u dzieci nadpobudliwych<sup>26</sup>.

Przeprowadzane badania nie potwierdziły teorii, że ADHD jest wywołane przez szkodliwe działanie rafinowanego cukru. Pierwszy raz badanie to przeprowadzono w Australii. Początkowo przyjęto je z wielkim entuzjazmem, jednakże szczegółowe badania nie potwierdziły pozytywów tej teorii. Z kolei w latach sześćdziesiątych dr Benjamin Feingold stwierdził, że przyczyną ADHD może być obecność w spożywanych przez dzieci w pokarmach kolorowych barwników, konserwantów czy naturalnych salicylanów<sup>27</sup>.

W badaniach naukowych, których wyniki opublikowano w połowie lat 90., stwierdzono, że u osób z ADHD istnieje zaburzona równowaga pomiędzy dwoma podstawowymi przekaźnikami – noradrenaliną i dopaminą. Zaburzenia systemu dopaminy w mózgu wydają się być najważniejszą cechą osób z zespołem hiperkinetycznym. Jej właściwy poziom odpowiada za stan gotowości odbioru i przetwarzania danej informacji, a także za ciągłą zdolność naszego umysłu do koncentrowania się na jednym wybranym bodźcu. Właściwy poziom dopaminy pozwala więc nam odrzucić nieważne informacje i utrzymać uwagę na zadaniu<sup>28</sup>. Obecnie naukowcy uważają, że niedobór noradrenaliny może powodować niedocenianie zagrożenia, nadmiar zaś sprawia, że organizm pozostaje w stanie ciągłego pobudzenia. Obydwie te sytuacje mogą zachodzić u dziecka z ADHD<sup>29</sup>.

U osób bardzo impulsywnych stwierdzano ponadto często niedobory serotoniny<sup>30</sup>. Serotonina jest neuroprzekaźnikiem odpowiadającym za regulację nasze-

---

<sup>25</sup> Ibidem, s. 38–39.

<sup>26</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 20.

<sup>27</sup> Ibidem, s. 18.

<sup>28</sup> Ibidem, s. 21.

<sup>29</sup> Ibidem, s. 21.

<sup>30</sup> Ibidem, s. 21.

go nastroju – za zadowolenie, prawidłowy rytm snu, pozytywne myślenie, dotrzymywanie terminów, a także za kontrolę zachowań.

Przez wiele lat uważano, że przyczyną zespołu hiperkinetycznego jest nieprawidłowa sytuacja domowa lub błędy popełniane przez rodziców. Jednak najnowsze wyniki badań oraz odkrycie mechanizmów biologicznych odpowiedzialnych za powstawanie objawów ADHD sprawiło, że ta teoria okazała się być niesłuszna. Można jedynie stwierdzić, że trudna sytuacja domowa, brak stałych norm, zasad oraz niekonsekwencje i znaczna impulsywność samych rodziców mogą nasilać objawy zespołu nadpobudliwości<sup>31</sup>.

W całej populacji (czyli u wszystkich dzieci) ryzyko, że u dziecka wystąpi ADHD, wynosi około 3–10%. Okazało się ponadto, że jeśli u kogoś z bliższych lub dalszych krewnych stwierdzono lub stwierdza się występowanie nadpobudliwości, to ryzyko ponownego wystąpienia ADHD u kolejnego jego członka jest 5–7 razy większe niż u dzieci z rodzin, w których ten problem nie występuje. Ryzyko wystąpienia zespołu nadpobudliwości u dziecka wzrasta nawet o 50%, gdy jedno z rodziców miało lub ma zespół hiperkinetyczny. To spostrzeżenie skłoniło naukowców do wysunięcia hipotezy, że zespół nadpobudliwości psychoruchowej jest zaburzeniem przekazywanym z pokolenia na pokolenie, czyli uwarunkowanym genetycznie<sup>32</sup>.

Medycznie udowodniono, że środowisko szkolne także nie stanowi czynnika wywołującego ADHD. Może jednak pogłębiać bezpośrednie skutki syndromu<sup>33</sup>.

Zasadne wydaje się przypuszczenie, iż poza rozpowszechnionym obecnie i niekorzystnym z punktu widzenia zdrowia psychicznego sposobem spędzania wolnego czasu głównie z pomocą telewizji i gier komputerowych, z których większość zawiera elementy przemocy. Można by wymienić tu tempo życia, które niekorzystnie odbija się na układzie nerwowym naszych dzieci, deficyt kontaktów ze stale zajęтыми, zapracowanymi i przemęczonymi rodzicami czy też obcowanie z głośnymi i agresywnymi wzorcami kontaktów międzyludzkich i sposobów spędzania wolnego czasu propagowanymi przez mass media<sup>34</sup>. Z pewnością to nie jest dzisiaj problem tylko rodziców dzieci z ADHD, lecz jego skala jest o wiele szersza. Bardzo często dzieci te przenoszą swoje spostrzeżenia z gier i prezentują je w realnym świecie. Nie potrafią odróżnić zjawisk pozytywnych od negatywnych. Często kopiują przemoc i „chwalą się nią” przed rówieśnikami, nie zdając sobie sprawy chociażby z zadawania bólu rówieśnikom. Bardzo ważna jest rola

---

<sup>31</sup> Ibidem, s. 18.

<sup>32</sup> Ibidem, s. 19.

<sup>33</sup> PFIFNER L.J., op. cit., s. 29.

<sup>34</sup> OPOLSKA T., POTEMPSKA E., op. cit., s. 18–19.

rodzica, kontrolowanie i rozmawianie o współczesnych zagrożeniach wpływających z telewizji i Internetu.

Najbardziej adekwatnym podsumowaniem tego rozdziału niechaj będzie stwierdzenie, że przyczyn zaburzeń psychoruchowego rozwoju dziecka powinniśmy szukać nie w oddzielnie traktowanych, patologicznie zmienionych czynnikach rozwojowych, lecz w złożonych zależnościach istniejących między nimi<sup>35</sup>.

### Od dzieciństwa do dorosłości

Rodzice, obserwując swoje małe pociechy, zauważają, że dysponują one nadmiarem ruchliwości. Nadmierna ruchliwość dziecka może być dostrzeżona przez rodziców w momencie, gdy zaczyna ono chodzić. Jednak w tym wieku trudno jest mówić o rozpoznaniu zespołu nadpobudliwości psychoruchowej, tym bardziej że u dzieci do lat 3 duża ruchliwość i zmienność uczuciowa jest cechą naturalną<sup>36</sup>.

**Przedszkole.** Pierwszą oznaką ADHD jest zazwyczaj wysoka aktywność, z którą wiąże się potrzeba nieustannego nadzoru w okresie wczesnodziecięcym i przedszkolnym. Takie dzieci są nieustannie w ruchu, często wpadają w tarapaty, a niepowodzenia są u nich przyczyną wielu frustracji<sup>37</sup>. Zespół tego zaburzenia cechuje: nie zrównoważenie emocjonalne, wybitnie zależne w tym okresie od warunków środowiskowo-wychowawczych, przejawiające się w postaci wahań nastrojów – od płaczu do śmiechu, kapryśnością, uporem, czasem agresją i wybuchami złości<sup>38</sup>. Pierwsze trudności dziecko napotyka np. przy wykonywaniu jakiegoś zadania, na przykład podczas rysowania, budowania z klocków. Mogą one być przyczyną rezygnacji połączonej ze złością – jeśli coś „nie udaje się”, jeśli nauczycielka skrytykuje wykonaną pracę, dzieci nadpobudliwe często przerywają wykonywaną czynność, złością się, niekiedy niszczą wytwory swojej własnej pracy: burzą rozpoczętą budowlę z klocków, drą rysunki, które nie zyskały aprobaty. Nie potrafią spokojnie i cierpliwie pokonywać trudności, na jakie napotyka<sup>39</sup>.

Dzieci z ADHD w tym okresie życia poszukują towarzystwa innych dzieci, lecz kontakty te zwykle kończą się zabieraniem zabawek, popychaniem i uderzaniem<sup>40</sup>. Niestety tego typu relacje z rówieśnikami skutkują negatywnym wyni-

---

<sup>35</sup> SPIONEK H., op. cit., s. 21.

<sup>36</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 34.

<sup>37</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 18.

<sup>38</sup> NARTOWSKA H., op. cit., s. 23.

<sup>39</sup> KOZŁOWSKA A., *Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wieku szkolnym*, Warszawa, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, 1989, s. 99.

<sup>40</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 18–19.



kiem. Grupa unika kontaktu z takim dzieckiem. Widoczne są pierwsze problemy związane z rozwojem społecznym dziecka nadpobudliwego, które często nie jest w stanie nauczyć się reguł panujących w przedszkolu i grupie rówieśniczej. Co więcej, nie ucząc się podstawowych zasad kierujących naszym postępowaniem, nie mogą dalej rozwijać swoich społecznych umiejętności. Konsekwencją tego jest to, że ich stosunki z rówieśnikami układają się źle. Nie potrafią podporządkować się grupie, bywają bardzo agresywne w stosunku do innych dzieci. Łatwo jest je zezłościć lub sprowokować – mogą się więc stać kozłem ofiarnym! W skrajnych przypadkach, po wybuchu agresji i np. pobiciu innego dziecka, bywają nawet usuwane z przedszkola (lub szkoły). Rodzice stale czują się zniechęceni i sfrustrowani, że nie spełnili się w roli opiekuna i wychowawcy<sup>41</sup>.

**Szkoła podstawowa.** Niekiedy zdarza się tak, że ADHD ma łagodniejszy przebieg, w związku z tym możemy je zdiagnozować dopiero w wieku szkolnym. Zwłaszcza w łagodniejszych przypadkach i przy braku nadaktywności ADHD nie zostaje rozpoznane przed osiągnięciem wieku szkolnego. Dopiero w obliczu konieczności dostosowania się do szkolnych obyczajów i reguł nierozpoznana przypadłość wychodzi na jaw. W tym okresie ADHD występuje w swojej prototypowej formie<sup>42</sup>.

Jeżeli chodzi o autorytet, to w okresie początkowego nauczania dotychczasowy autorytet i kontrola rodziców słabną, a autorytet nauczyciela jest wprawdzie uznawany i ma poważne znaczenie, jednak działa jeszcze zbyt krótko, aby pozostawił już utrwalone ślady. Często więc wpływ nauczyciela na dzieci nadpobudliwe obserwujemy tylko w jego obecności – nie działa on poza szkołą<sup>43</sup>.

Problemy, które opisane są wyżej (u dzieci przedszkolnych), nadal widoczne są na etapie edukacji zintegrowanej. Dodatkowo nasila je nowy i często prawie niemożliwy do spełnienia przez dzieci z ADHD warunek: przez 45 minut bez przerwy trzeba spokojnie siedzieć na swoim miejscu i uważnie słuchać nauczyciela<sup>44</sup>.

Z badań i obserwacji wiemy, że dzieci z tym zaburzeniem mają problem z wykonaniem całej czynności, dlatego też zadania domowe są często niedokończone, oceny semestralne zazwyczaj niezadowolające, a odrzucenie przez rówieśników bywa normą. Dziecko przejawia trudności ze spełnieniem podstawowych wymagań szkolnych, na przykład koniecznością wykonywania poleceń nauczyciela i dostosowania się do reguł obowiązujących w klasie<sup>45</sup>. Dlatego też w szkole dzieci

---

<sup>41</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 35.

<sup>42</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 19.

<sup>43</sup> NARTOWSKA H., op. cit., s. 24.

<sup>44</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 35.

<sup>45</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 19.

z nadpobudliwością są odbierane jako gorsze, nieposłuszne, niegrzeczne. W trzydziestokilkuosobowej klasie nauczyciel zwykle nie zastanawia się, dlaczego któryś z jego uczniów wstaje z ławki, chodzi po klasie, a nawet bez pozwolenia wychodzi z sali w czasie lekcji, by pobiegać po szkole czy wyrwa się z odpowiedzią, zanim pytanie zostanie zadane do końca. A dziecko takie często ma nieodrobione lekcje oraz zapomina przynieść książki na następny dzień<sup>46</sup>.

Rola nauczyciela jest ogromna, jednakże nauczyciel mający w klasie wielu uczniów może każdemu z nich poświęcić tylko 3% swojej uwagi. Dziecko nadpobudliwe potrzebuje przynajmniej 10–15% zainteresowania nauczyciela, aby jego obecność na lekcji przyniosła rzeczywiste korzyści (porównywalne do korzyści uzyskanych przez innych uczniów). Dlatego także stopnie dziecka z ADHD są dużo gorsze niż jego rówieśników o takich samych możliwościach. W wielu badaniach pokazano, że osiągnięcia szkolne dzieci nadpobudliwych są znacznie poniżej ich potencjalnych możliwości<sup>47</sup>.

Temperament, niespożyta energia i nieprzestrzeganie zasad w grupie rówieśniczej powodują, że dzieci z ADHD dużo mniej czasu spędzają ze swoimi rówieśnikami. Mają mało serdecznych kolegów oraz przyjaciół. Prawdopodobnie wynika to z faktu, że ich zachowania – przypadkowe czynienie przykrości innym, chęć ciągłego kierowania grupą, przeszkadzanie, niemożność zaczekania na swoją kolej – prowokuje i drażni rówieśników. Zwłaszcza to, iż muszą mieć ostatnie zdanie w dyskusji, sprawia, że trudniej jest im zjednać sobie kolegów<sup>48</sup>. W tym przypadku nie możemy mówić o zawiązywaniu się przyjaźni. Chociaż dzieci nadpobudliwe mają mniej kontaktów z rówieśnikami, w rzeczywistości chcą je utrzymywać i stale poszukują możliwości zaprzyjaźnienia się. Niepowodzenia powodują, że mogą czuć się nieszcześliwie, mają gorszą samoocenę, czują się pozbawione oparcia i pomocy otoczenia. Izolacja od rówieśników może prowadzić do rozwoju depresji, uzależnienia czy osobowości antyspołecznej<sup>49</sup>. Grupa koleżeńska natomiast jest zmienna, nieskonsolidowana, oddziałuje wielokierunkowo, w sposób zupełnie przypadkowy, przez co jest dodatkowym czynnikiem pobudzającym. W tej sytuacji dziecko przeważnie ujawnia wszelkie charakterystyczne dla nadpobudliwości reakcje i formy zachowania<sup>50</sup>.

Dodatkowo ujawniają się objawy, które „nie dały o sobie znać” tak wyraźnie w poprzednim okresie rozwojowym – męczliwość oraz wahania mobilizacji i wydajności w pracy. Ponieważ dopiero w szkole wymaga się od dziecka skupienia

---

<sup>46</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 35.

<sup>47</sup> Ibidem, s. 35–36.

<sup>48</sup> Ibidem, s. 37.

<sup>49</sup> Ibidem, s. 37.

<sup>50</sup> Ibidem, s. 24.

uwagi, wysiłku, opanowania ruchliwości, nic więc dziwnego, że trudności w tym zakresie tak charakterystyczne dla nadpobudliwości ujawniają się z całą wyrazistością<sup>51</sup>. Dlatego w tym okresie tak ważna jest obserwacja. W klasach I–IV najłatwiej postawić diagnozę, ale jednocześnie jest to ostatni moment do przeciwdziałania negatywnym skutkom nadpobudliwości<sup>52</sup>.

**Gimnazjum i szkoła średnia.** Okres dorastania wyróżnia się burzą hormonów, chwiejnością charakteru, która demonstruje się w postaci buntu czy też pędu do samodzielności. Staje się to przyczyną konfliktu z dorosłymi, którzy swoim postępowaniem najczęściej sprawę pogarszają. Dochodzi do daleko idących rozdzwieńków często tragicznych w skutkach. Napięcia emocjonalne wzmagane wtórnie sytuacjami konfliktowymi ujawniają się często u młodzieży nadpobudliwej w postaci takich objawów, jak: lęki, natręctwa, zaburzenia snu, które są już objawami nerwicowymi i są wskazaniem do interwencji lekarskiej<sup>53</sup>.

Trudno rodzicom dotrzeć do nastoletniej nadpobudliwej osoby. Młodzież ta z góry nastawiona jest negatywnie do dorosłych. Próby podjęcia rozmowy przez rodziców nastolatki odbierają jako krytykę, a nie chęć pomocy. Wejście dziecka z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej w okres dojrzewania powoduje, że przed rodzicami pojawiają się nowe zadania. Na problemy związane z ADHD nakładają się typowe konflikty wieku dojrzewania: bunt przeciwko normom, własne tajemnice, poszukiwanie autorytetów poza domem, pierwsze uczucia...<sup>54</sup> W tym czasie, gdy u rówieśników rozwija się samokontrola i poczucie odpowiedzialności, nastolatki z ADHD wciąż zmagają się z problemami wynikającymi z braku lub niedostatku tychże cech spotęgowanymi przez częstą zmianę klas i rosnącą liczbę nauczycieli<sup>55</sup>.

Oprócz tego, że dziecko nie będzie potrafiło się skupić na lekcjach, dodatkowo zacznie krytykować wszystko naokoło, twierdzić, że dorośli są „głupi” itp. Wiele dzieci nadpobudliwych zaczyna sądzić, że świat wokół nich jest „nie fair”, że są od innych bardziej pokrzywdzone przez los. Mają niską samoocenę. W wielu badaniach stwierdzono, iż dzieci nadpobudliwe w okresie dojrzewania dalej mają społeczne, szkolne i emocjonalne problemy<sup>56</sup>.

W tym czasie niektóre symptomy mogą być mniej nasilone (w szczególności dotyczy to nadaktywności), lecz pozostają wyraźnie widoczne, zwłaszcza w po-

---

<sup>51</sup> Ibidem.

<sup>52</sup> NARTOWSKA H., op. cit., s. 25.

<sup>53</sup> Ibidem.

<sup>54</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 37.

<sup>55</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 19.

<sup>56</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 37.

równaniu z rówieśnikami. Większość nastolatków z ADHD wydaje się nie spełniać wymagań adekwatnych do ich wieku, co między innymi powoduje, że część z nich nie kończy szkoły średniej<sup>57</sup>. Brak dojrzałości i niewykorzystywanie potencjału tych dzieci to główny czynnik, który często powoduje zaprzestanie edukacji na tym etapie. Ponadto objawem, który stwierdza się u wszystkich dzieci nadpobudliwych, niezależnie od układu innych objawów, jest wzmożenie odruchu orientacyjnego. Wydaje się on trwać niezmiennie przez wszystkie lata życia dziecka nadpobudliwego<sup>58</sup>.

Na podstawie wiedzy zaczerpniętej z literatury wiemy, że zespół nadpobudliwości psychoruchowej może trwać latami – objawy ADHD utrzymują się u około 70% dzieci w okresie dojrzewania i 30–50% w dorosłym życiu. Z badań naukowych wiadomo, że chłopcy częściej wyrastają z zespołu hiperkinetycznego niż dziewczęta<sup>59</sup>.

**Dorosłość.** Problem nadpobudliwości psychoruchowej uważany był do niedawna za zaburzenie występujące tylko u dzieci. Dlatego wszelkie publikacje i badania poświęcone były głównie dzieciom. Dopiero całkiem niedawno rozpoczęto badania nad ADHD u osób dorosłych. W miarę jak coraz więcej się dowiadujemy, uświadamiamy sobie, jak poważne skutki może ono za sobą pociągnąć<sup>60</sup>.

Dobra wiadomość polega na tym, że od jednej trzeciej do połowy dorosłych, u których w dzieciństwie występowały objawy ADHD, całkiem nieźle daje sobie radę w dorosłym życiu. Niektórzy z nich prowadzą własne interesy lub znajdują zatrudnienie w handlu albo rozrywce, gdzie ich „symptomy” mogą niekiedy stanowić zaletę. Pozostali nie radzą sobie jednak aż tak dobrze – często zmieniają pracę lub pozostają bez pracy przez dłuższy okres, trafiają do grup o wysokich współczynnikach bezrobocia, wypadków, rozwodów czy aresztowań. U części rozwijają się antyspołeczne cechy osobowości, a niektórzy trafiają do więzienia. Wydaje się, że istnieje korelacja między życiowym niepowodzeniem w dorosłym życiu, a poważnymi i przewlekłymi problemami związanymi z zachowaniem w dzieciństwie, połączonymi z ADHD<sup>61</sup>.

Widzimy, jak ważną rolę w dzieciństwie i młodości nadpobudliwego dziecka odgrywa środowisko szkolne, grupa rówieśnicza i rodzina. Ciężka praca spoczywa głównie na rodzicach i nauczycielach, gdyż sposób postępowania

<sup>57</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 19.

<sup>58</sup> NARTOWSKA H., op. cit., s. 25.

<sup>59</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 37.

<sup>60</sup> HALLOWELL E.M., RATEY J.J., *W świecie ADHD. Nadpobudliwość psychoruchowa z zaburzeniami uwagi u dzieci i dorosłych*, Poznań, Media Rodzina, 2004, s. 95.

<sup>61</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 19–20.

z takim dzieckiem i udzielanie prawidłowych wskazówek mogą w przyszłości prowadzić do osiągnięcia sukcesu w życiu dorosłym. Brak odpowiedniej wiedzy dotyczącej właściwego postępowania i nieprawidłowe jej zastosowanie u dziecka może doprowadzić do tworzenia się wspomnianej wyżej antyspołecznej osobowości.

ADHD może przybierać najróżniejsze formy – tak u dzieci, jak i u dorosłych. Istnieją ciężkie postacie zaburzenia, gdy człowiek z trudem funkcjonuje z powodu coraz większego niezorganizowania, niedającej się opanować impulsywności lub też niemożności doprowadzenia czegośkolwiek do końca. Dodatkowe utrudnienia stanowią objawy wtórne w postaci niskiej samooceny lub depresji. Z drugiej strony istnieje wiele łagodnych postaci ADHD, kiedy objawy są ledwie zauważalne<sup>62</sup>.

### **Praca z uczniem ze zdiagnozowanym ADHD**

Każdy uczeń z ADHD musi wiedzieć, czego się od niego oczekuje. Należy ustanowić niewielką liczbę jasnych zasad i regularnie o nich przypominać. Na początku każdego dnia w szkole nauczyciel powinien przypominać wszystkim uczniom o zasadach dotyczących odżywiania się w klasie, przeszkadzania innym czy wstawania ze swojego miejsca. Specjalne zasady dotyczące dziecka z ADHD powinny być omawiane z nim na osobności<sup>63</sup>.

- Pierwszą ważną czynnością jest odpowiednie usadzenie dziecka w klasie. Według autorów zajmujących się tym zagadnieniem uczeń z ADHD powinien zawsze siedzieć w pierwszej ławce (ale nie bezpośrednio przy oknie lub drzwiach, jak najbliżej nauczyciela, sam lub posadzony z najspokojniejszym dzieckiem w klasie<sup>64</sup>.
- Zawsze powinniśmy zaznaczyć sygnał rozpoczęcia pracy. Zanim wydamy polecenie powinniśmy się upewnić, czy dziecko nas słucha. Nauczyciel i uczeń wspólnie mogą ustalić sygnał przywołujący do pracy. Sygnał taki nie jest karą, lecz dodatkową zaplanowaną pomocą<sup>65</sup>.
- Powinniśmy do dziecka z ADHD zwracać się w taki sposób, aby nas usłyszało.

---

<sup>62</sup> Ibidem, s. 128.

<sup>63</sup> GREEN CH., CHEE Y.K., *Zrozumieć ADHD*, Poznań, Laurum, MT Biznes Sp. z o.o., 2009, s. 147.

<sup>64</sup> BRYŃSKA A., KOŁAKOWSKI A., PISULA A., SKOTNICKA. M., WOLAŃCZYK T., *ADHD Zespół nadpobudliwości psychoruchowej. Przewodnik dla rodziców i wychowawców*, Sopot, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, wydanie drugie, 2010, s. 224.

<sup>65</sup> Ibidem.

Dziecko z zespołem nadpobudliwości psychoruchowej słyszy zaledwie kilka pierwszych słów kierowanego do niego komunikatu lub polecenia (nie mówiąc już o poleceniach kierowanych do wszystkich uczniów). Słyszonym poleceniem jest zatem polecenie wydane:

- o z bliska,
  - o po nawiązaniu kontaktu wzrokowego,
  - o kilkukrotnie powtórzone,
  - o którego wykonania dopilnowuje nauczyciel<sup>66</sup>.
- Mówmy językiem prostym, takim, który jest najbardziej zrozumiały dla uczniów. Używaj przykładów, z którymi mogą się identyfikować i które mają dla nich praktyczny sens<sup>67</sup>.
  - Zawsze zaznaczamy początek nowej czynności.  
Dziecko nadpobudliwe bardzo łatwo przechodzi od zorganizowanej i uporządkowanej działalności (np. wypełniania zeszytu do ćwiczeń) do działalności nieuporządkowanej i bezsensownej (np. wydłubywanie cyrklem dziur w gumce), zaś rzadko postępuje na odwrót. Początek każdej uporządkowanej działalności powinien być więc jasno i wyraźnie zaakcentowany: „Uwaga, zaczynamy pisać”<sup>68</sup>.
  - Zadania należy dzielić na kilka krótkich czynności.
  - Umiejętnie stopniujemy trudności zadania.
  - W czasie pracy ważne jest udzielanie dziecku informacji zwrotnych.
  - Instrukcje udzielone dziecku z ADHD powinny być krótkie i precyzyjne.
  - Polecenia powinny być przekazywane zarówno słownie, jak i na piśmie.
  - Powinniśmy zachęcać dziecko do powtórzenia zadania własnymi słowami.
  - Po omówieniu planu pracy należy być konsekwentnym, czyli wymagać od dziecka wykonania zadań, które dają dziecku poczucie, że coś osiąga.
  - W pracy wykorzystujemy różne pomoce dydaktyczne, ponieważ dzieci z ADHD są wzrokowcami – żeby zrozumieć, muszą zobaczyć.
  - Unikamy testów o ograniczonym czasie.
  - Zachęcamy dziecko do spokojnej pracy podczas lekcji.
  - Zawieramy umowy z dzieckiem tylko odnośnie pożądanых zachowań.
  - Nagrody i pochwały powinniśmy stosować w trybie natychmiastowym.
  - Kary powinny być łagodne i jednoznacznie pokazywać mają właściwe zachowanie.

---

<sup>66</sup> Ibidem, s. 222.

<sup>67</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 41.

<sup>68</sup> BRYŃSKA A., KOŁAKOWSKI A., PISULA A., SKOTNICKA M., WOLAŃCZYK T., op. cit., s. 223

- Uczenie powinno przebiegać w spokojnej atmosferze, należy skupić się na pozytywnych wynikach nauczania, a nie na nieakceptowanym, negatywnym zachowaniu.
- Bardzo ważne jest umożliwienie dziecku zintegrowania się z klasą; należy maksymalnie zminimalizować sytuacje, w których uczeń z ADHD jest przyczyną chaosu szkodliwego dla innych dzieci.
- Ważne jest wzmacnianie samooceny dziecka i poczucia własnej wartości.
- Należy zachęcać dziecko do regularnego wykonywania czynności, z którymi dobrze sobie radzi – daje to dziecku silne poczucie sukcesu<sup>69</sup>.
- Cały czas obserwujemy dziecko z ADHD i reagujemy ,gdy wymaga tego sytuacja.

Rozglądaj się po całej klasie w trakcie lekcji. Gdy spostrzeżesz, że dziecko z ADHD zaczyna „dryfować”, skieruj jego uwagę na lekcję przez zaangażowanie go w jej realizację. Jeżeli natomiast słucha uważnie, pochwal je, wzmacniając jego zaangażowanie<sup>70</sup>.

- Przypominaj, przypominaj.  
W tym przypadku charakterystycznym objawem zaburzeń uwagi jest zapomnianie. Można pomóc dziecku, pytając je przed wyjściem z klasy, co ma zrobić w domu i jakie pomoce przynieść ze sobą jutro. To trudna i żmudna, ale skuteczna metoda<sup>71</sup>.
- Dziecko z ADHD musi wiedzieć, że jest akceptowane i doceniane, ale jednocześnie musi mieć świadomość, że to nauczyciel podejmuje decyzje<sup>72</sup>.  
Pracując z dzieckiem z ADHD, musimy pamiętać, że objawy, które mu towarzyszą, to nie wina dziecka. Nauczyciel powinien być takim drogowskazem, który umożliwi dziecku korzystanie z edukacji. Należy pamiętać o współpracy nauczyciela z rodzicami dziecka.

### **Terapia dziecka z zespołem nadpobudliwości**

Przez wiele lat psychiatrzy wnikliwie obserwowali zachowania dzieci z nadpobudliwością psychoruchową, próbując w ten sposób znaleźć skuteczną metodę leczenia. Przez cały ten okres wymyślono mnóstwo kuracji psychologicznych, które brzmiały rozsądnie w teorii, ale były zdecydowanie rozczarowujące,

---

<sup>69</sup> <http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU9226> [26.10.2016].

<sup>70</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 41.

<sup>71</sup> BRYŃSKA, A., KOŁAKOWSKI A., PISULA A., SKOTNICKA M., WOLAŃCZYK T., op. cit., s. 223.

<sup>72</sup> GREEN H., CHEE Y.K., op. cit., s. 146.

jeśli chodzi o konkretne efekty<sup>73</sup>. Jednym ze sposobów leczenia jest stosowana farmakologia. Leczenie farmakologiczne jest o wiele starsze niż sama definicja farmakologiczna. Leki psychostymulujące zostały po raz pierwszy zastosowane w 1937 roku, a najczęściej stosowany współcześnie lek z tej grupy – metylfenidat – został zarejestrowany do leczenia zespołu nadpobudliwości psychoruchowej w 1955 roku<sup>74</sup>. Terapia farmakologiczna jest prawdopodobnie najczęstszą formą leczenia stosowanego u dzieci z ADHD. Od 70 do 80% takich dzieci reaguje pozytywnie na stymulanty farmakologiczne. Oznacza to zwykle, że stosowanie leków wydłuża u tych dzieci okres skupienia uwagi, zmniejsza aktywność i osłabia impulsywność. Dzieci są bardziej zgodne, potrafią wykonać więcej pracy, mają lepsze kontakty z otoczeniem (z nauczycielami, rodzicami, innymi dziećmi)<sup>75</sup>. Potwierdza to medycyna, że u dzieci z ADHD, zarówno tych z nadaktywnością, jak i bez, notuje się pozytywne efekty stosowania środków farmakologicznych, w krótkiej skali czasowej, lecz nie ma na razie dowodów występowania pozytywnych skutków długoterminowych<sup>76</sup>. Działanie tych leków zmniejsza poziom pobudzenia części mózgu, które odpowiedzialne są za kontrolę uwagi i aktywność. Jednakże mechanizmy powodujące efekty kliniczne nie są jednak całkowicie zrozumiałe<sup>77</sup>. Farmakoterapia nie jest cudowną metodą i lekiem, który usuwa objawy nadpobudliwości. Ten rodzaj leczenia, stosowany jest pod kontrolą lekarza, jedynie pomoc może przez pewien okres, hamując procesy nadaktywności.

### Metody stosowane w leczeniu ADHD

Metodą, którą stosuje się w leczeniu ADHD, jest **biofeedback**. Jest to metoda wspierająca, która ma za zadanie modyfikować zachowanie pacjenta nauczając go, jak może wpływać na reakcje zachodzące w jego organizmie. Pokazuje ona jak negatywnie reaguje organizm i jak można temu przeciwdziałać. Korzystając z tej metody, pacjent korzysta ze specjalistycznego sprzętu: specjalne aparaty mierzą temperaturę, przewodnictwo elektryczne skóry, częstość akcji serca, zapisują fale mózgowo-owe itd. Na monitorach jest to przedstawione w postaci czytelnych wykresów. Gdy pacjent widzi, że jego reakcja jest zbyt silna (niewłaściwa do sytuacji lub występuje w sytuacji, którą chciałby zmodyfikować), zaczyna wtedy stosować wcześniej przyswojone techniki autorelaksacji, starając

---

<sup>73</sup> Ibidem, s. 163.

<sup>74</sup> BRYŃSKA A., KOŁAKOWSKI A., PISULA A., SKOTNICKA M., WOLAŃCZYK T., op. cit., s. 90.

<sup>75</sup> PFIFNER L., op. cit., s. 165–166.

<sup>76</sup> Ibidem, s. 166.

<sup>77</sup> Ibidem.



się uspokoić i wyciszyć pracę organizmu. Takie leczenie trwa kilkanaście sesji<sup>78</sup>. Jest to dobra metoda wspierająca, która uczy dziecko prawidłowego sposobu reagowania.

**Metody psychoedukacyjne** coraz bardziej stają się popularne w Polsce i na świecie. Polegają one na cotygodniowych spotkaniach terapeutów z rodzicami borykającymi się z problemem nadpobudliwości występującej u ich dzieci. Polegają one na: przedstawieniu rodzicom określonego modelu postępowania z dzieckiem. Na spotkaniach poznaje się różne formy i metody. Można także przećwiczyć pomiędzy sobą, a następnie wprowadzić je w życie np. w domu<sup>79</sup>. Rodzice dzielą się swoimi kłopotami, spostrzeżeniami, a także próbują znaleźć odpowiedzi na problemy nurtujące ich i ich dzieci.

**Metoda C. Sutton** – dotyczy pracy z dziećmi, które przejawiają trudne zachowania. Ma ona na celu pomóc rodzicom nauczyć się zamiany zachowań niepożądanych na pożądane, czyli takie, jakich oczekujemy od naszego dziecka<sup>80</sup>.

**Metoda A. Faber i E. Mazzlisch** – metoda ta ma za zadanie pomóc ukształtować nowy sposób porozumiewania się w rodzinie<sup>81</sup>. Amerykanki poprzez swoją metodę próbują znaleźć wzajemny język, a także szacunek i zrozumienie między rodzicami a dziećmi. Metoda ta ma także wpływać na pozytywną budowę własnej osoby.

**Metoda T. Gordona** – uczy ona sposobów wzajemnego okazywania sobie akceptacji i zrozumienia<sup>82</sup>. Metoda ta niewiele różni się od metod powyższych, a jej styl jest bardzo podobny do metody C. Sutton, A. Faber i E. Mazzlisch.

**Metody stymulacji rozwoju** – dotyczą one indywidualnej pracy z dzieckiem. Polegają na pobudzaniu rozwoju niektórych jego funkcji poznawczych, na rozwijaniu jego możliwości<sup>83</sup>. Zaliczamy do nich m.in. następujące:

- **Metoda Dobrego Startu** – jest postępowaniem korekcyjno-kompensacyjnym. Przy stosowaniu tej metody musimy uważać, aby nie wpłynęła ona negatywnie na dziecko i nie przysporzyła mu dodatkowego stresu. Dlatego też u dzieci nadrucliwych część metod powinna zostać zaadaptowana do ich sposobu reagowania i możliwości skupienia uwagi<sup>84</sup>.

---

<sup>78</sup> WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., op. cit., s. 157.

<sup>79</sup> Ibidem, s. 158.

<sup>80</sup> Ibidem, s. 159.

<sup>81</sup> Ibidem.

<sup>82</sup> Ibidem.

<sup>83</sup> Ibidem.

<sup>84</sup> Ibidem.

- **Kinezylogia edukacyjna** – jest to metoda opracowana przez T. Dennisona. Metoda ta ma na celu stymulację układów mózgowych odpowiedzialnych za koncentrację i uwagę poprzez stosowanie bodźców ruchowych, które pobudzają odpowiednie zmysły (zmysł równowagi, czucie głębokie)<sup>85</sup>. Stosowane w tej metodzie ćwiczenia jednakże wydają się mało atrakcyjne dla dzieci z nasilonym ADHD.
- **Program korelacji zachowań – opracowany przez T. Opolską i E. Potemską**. Program ten ma na celu zastosowanie odpowiednich ćwiczeń dla grupy dzieci, w tym zabaw pomagających rozładować energię, ćwiczeń ułatwiających pracę w grupie, ćwiczeń relaksacyjnych<sup>86</sup>. Na podstawie doświadczeń wnioskujemy, że stosując tą metodę z czwórką takich dzieci w jednym miejscu, potrzeba również co najmniej czterech opiekunów.
- **Metoda Weroniki Sherbourne** – wyrażona jest ona poprzez ruch; dzieci uczą się poznawać siebie i świat, uczą się, że mogą wpływać na swoje otoczenie<sup>87</sup>. Zajęcia przeprowadzane są pod kierunkiem terapeuty, a uczestniczą w nich wspólnie dzieci i rodzice. Metoda ta jest dobrą metodą pracy, a także dobrą zabawą.

### Terapie stosowane w leczeniu nadpobudliwości

- **Terapia behawioralno-poznawcza**. Technikę tą stosujemy w przypadku nieuporządkowanych i nieuważnych dzieci z ADHD. Mogą ją stosować inne dzieci i dorośli z ADHD, którzy mają problem z koncentracją, ale jednocześnie przyjmują leki farmakologiczne<sup>88</sup>. Badacze podkreślają, że technika ta jest mało skuteczna.
- **Trenowanie umiejętności społecznych**. Program ten ma na celu uczenie myślenia, jak ich słowa i zachowania wpływają na osoby znajdujące się wokół nich. Jeśli wchodzą w dobre interakcje, to zachowanie zostaje wzmocnione; jeśli zachowują się źle, są proszone o zastanowienie się, jak wpłynęło to na innych<sup>89</sup>. Badania pokazują, że trening umiejętności społecznych sprawdza się tylko w pokoju terapeutycznym. Zastosowanie ich w świecie zewnętrznym jest znikome i mało satysfakcjonujące.

---

<sup>85</sup> Ibidem.

<sup>86</sup> Ibidem.

<sup>87</sup> Ibidem.

<sup>88</sup> GREEN Ch., CHEE Y.K., op. cit., s. 163.

<sup>89</sup> Ibidem, s. 164.

- **Integracja sensoryczna.** Tą terapię spopularyzowała Amerykanka Jean Ayres. Jej badania dotyczyły obszaru zaburzeń uczenia się, które szczególnie występują u dzieci z ADHD. Jej techniki obejmowały: poruszanie się, kołysanie, obracanie się i zachowywanie równowagi. Uważano, że czynności te stymulują dojrzewanie mózgu, co z kolei wpływa na umiejętności naukowe i inne<sup>90</sup>. W tej technice wykorzystuje się podobne ćwiczenia, które stosują kinezyolodzy. Technika ta uzyskała niewielką przewagę nad stosowanymi dotychczas prostszymi formami terapii.
- **Terapia zajęciowa.** Terapie tę stosujemy, łącząc ją z terapią farmakologiczną – wówczas przynosi ona lepsze efekty. Stosujemy ją u dzieci z ADHD mającymi problemy z planowaniem motorycznym i koordynacją, co powoduje przejawia się tym, że nie potrafią wiązać sznurowadeł, prosto rzucać i łapać piłki czy płynnie się poruszać<sup>91</sup>. Zadaniem terapeuty jest wydobycie potencjału, jakim dysponuje nadpobudliwe dziecko, ale również podniesienie jego pewności siebie. Terapia zajęciowa jednakże wpływa na niewielką poprawę motoryczną i koordynacyjną dziecka.
- **Terapia rozmową,** czyli leczenie rozmową. Ma rację bytu w radzeniu sobie z emocjonalnymi problemami niektórych rodziców, ale nie w leczeniu ADHD<sup>92</sup>. Psychiatrzy i pedagodzy uważają tę terapię za mało wartościową. Głównym celem terapeutów jest przekazanie instrukcji rodzicom co do wspierania dziecka z ADHD.
- **Optometria rozwojowa – ćwiczenia oczu.** Specjaliści, którzy zajmują się badaniami tego typu, uważają, że „problemy oka” są powiązane z trudnościami w uczeniu się. Dlatego też często dzieciom tym przepisuje się ćwiczenia oczu lub daje soczewki o niskiej mocy<sup>93</sup>. Przeprowadzone doświadczenia ukazują, że tylko niewielka grupa dzieci, które podjęły ten rodzaj leczenia, wytrzyma dłużej niż kilka miesięcy. Pozytywy tej kuracji są minimalne lub żadne.
- **Kolorowe soczewki.** W latach 80. technikę tę opatentowała Helen Irlen. Technika polegała na nakładaniu na test barwionej soczewki, co – jak twierdziła badaczka – pomagało w zaburzeniach czytania<sup>94</sup>. Dokładne badania wykazały, że terapia ta sprawdza się jedynie na niewielkiej podgrupie.

---

<sup>90</sup> Ibidem.

<sup>91</sup> Ibidem, s. 165.

<sup>92</sup> Ibidem, s. 166.

<sup>93</sup> Ibidem.

<sup>94</sup> Ibidem, s. 167.

Powyższe poznane do tej pory formy leczenia, terapii i metod wspomagających nie przyniosły oczekiwanych wyników. Działają one doraźnie lub przynoszą znikome rezultaty. Należy podkreślić, że leczenie zespołu nadpobudliwości psychoruchowej jest indywidualne dla każdej jednostki. Ogromne wyzwanie stoi przed pedagogami i psychiatrami, którzy z pewnością szukają odpowiedniej formy leczenia, która w przyszłości będzie przynosiła skuteczniejsze efekty.

### Podsumowanie

Z powyższych rozważań wynika, iż do każdego przypadku nadpobudliwości należy podchodzić indywidualnie. Z pewnością w niedalekiej przyszłości, pracując jako nauczyciele, napotkamy na swojej drodze dziecko lub dzieci z ADHD. Warto zatem pogłębiać wiedzę na temat ADHD, aby w swojej pracy zawodowej móc we sposób właściwy zrozumieć, postępować i pracować z takimi dziećmi.

### BIBLIOGRAFIA

- BRYŃSKA A., KOŁAKOWSKI A., PISULA A., SKOTNICKA M., WOLAŃCZYK T., *ADHD – zespół nadpobudliwości psychoruchowej*, Sopot, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, wydanie IV, 2010.
- GREEN CH., CHEE Y.K., *Zrozumieć ADHD*, Poznań, Wydawnictwo LAURUM, 2010.
- HALLOWELL E.M., RATEY J.J., *W świecie ADHD*, Poznań, Media Rodzina, 2004.
- KOZŁOWSKA A., *Zaburzenia emocjonalne u dzieci w wieku szkolnym*, Warszawa, Wydawnictwo Szkolne i Pedagogiczne, 1989.
- NARTOWSKA H., *Dzieci nadpobudliwe psychoruchowo*, Warszawa, Biblioteka Psychologii Wychowawczej, 1972.
- NARTOWSKA H., *Wychowanie dziecka nadpobudliwego*, Warszawa, Biblioteka Psychologii Wychowawczej, 1982.
- OPOLSKA T., POTEMPSKA E., *Dziecko nadpobudliwe*, Warszawa, 1998, wydanie III, 1998.
- PFIFNER L.J., *Wszystko o ADHD. Kompleksowy, praktyczny przewodnik dla nauczycieli*, Poznań, 2004, Wydawnictwo Zyski i S-ka, wydanie I, 2004.
- SERFONTEIN G., *Twoje nadpobudliwe dziecko. Poradnik dla rodziców*, Warszawa, Prószyński i S-ka, 2003.
- SPIONEK H., *Zaburzenia rozwoju uczniów a niepowodzenia szkolne*, Warszawa, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, wydanie IV, 1985.
- WOLAŃCZYK T., KOŁAKOWSKI A., SKOTNICKA M., *Nadpobudliwość psychoruchowa u dzieci*, Lublin, Wydawnictwo Bi Folium, 1999.

### NETOGRAFIA

<http://www.szkolnictwo.pl/index.php?id=PU9226>

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Żywe srebro.

### 2. Czas trwania zajęć:

45 minut.

### 3. Cel główny:

- Kształtowanie postaw tolerancji wobec uczniów z ADHD, integracja ze społeczeństwa klasowego.

### 4. Cele szczegółowe:

- Nabywanie umiejętności współpracy w klasie wszystkich uczniów.
- Kształtowanie wiedzy na temat ADHD.
- Ukazanie możliwości i potencjału wszystkich uczniów.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Tolerancja – terminologia, postawy.
- ADHD – cechy charakterystyczne, możliwości i potencjał tkwiący w osobach z ADHD.
- Mocne strony – czym są, jak je rozpoznać, jak je wykorzystać ?
- Kinezylogia edukacyjna sposobem na symulowanie funkcji poznawczych oraz zaspokojenie potrzeby ruchu uczniów w czasie lekcji.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, prezentacja multimedialna, wykład konwersatoryjny, wypowiedź ustna, opis,
- Metody problemowe: dyskusja, giełda pomysłów, rundka, „pajęczynka”,
- Metody ćwiczeniowe: gra symulacyjna „Bezludna wyspa”,
- Kinezylogia edukacyjna Paula Dennisona.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Laptop,
- Rzutnik,
- Kartki A 4,
- Pisaki.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Powitanie, wprowadzenie dobrej atmosfery do zajęć
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca, metoda aktywizująca „Imię i gest”
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów i proponuje krótką zabawę w rundce: „Imię i gest” – każdy z uczniów po wypowiedzeniu swojego imienia dodaje wymyślony przez siebie gest, kolejna osoba powtarza go i dodaje własny gest
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i aktywnie uczestniczą w proponowanej zabawie
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w kole, stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Mocne strony – rozpoznawanie własnych zasobów (oraz znajomych)
Metody realizacji	Opis, dyskusja, giełda pomysłów, gra symulacyjna, wypowiedzi ustna, prezentacja
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na zespoły i informuje o przebiegu kolejnej zabawy: „Bezludnej wyspy”. Nauczyciel opowiada krótką historię o statku, który rozbił się podczas burzy, zaś jego pasażerowie uratowali się i znajdują się obecnie na bezludnej wyspie. Aby przetrwać muszą ze sobą współpracować i wykorzystać potencjał oraz umiejętności wszystkich członków zespołu. Nauczyciel prosi uczniów o wyznaczenie ról oraz strategii działań ratowniczych. Nauczyciel rozdaje zespołom kartki i pisaki, aby spisać zadania i przydzielić ról w zespole a następnie prosi, aby zespoły zaprezentowały efekty swojej wspólnej pracy
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na zespoły, słuchają zadania oraz w grupach rozpoznają swoje mocne strony, a następnie dzielą się zadaniami. Zespoły prezentują strategię działań
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	ADHD - cechy charakterystyczne, możliwości i potencjał tkwiący w osobach z ADHD. Tolerancja - terminologia, postawy.
--------------------	---

Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, mini wykład konwersatoryjny
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wspierając się prezentacją multimedialną ukazuje różnice między ludźmi. Porusza problematykę osób z ADHD. Wskazuje, że pomimo różnic związanych z temperamentem, charakterem, zachowaniem, każdy człowiek ma potencjał, który warto wykorzystać, każdy ma swoje mocne strony, zaś czerpiąc z zasobów wszystkich członków klasy można więcej osiągnąć – razem możemy więcej!
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają nauczyciela, udzielają się, odnoszą się w swoich wypowiedziach do własnych przeżyć i doświadczeń związanych z tematem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Zastosowanie kinezylogii edukacyjnej P. Dennisona jako ćwiczeń stymulujących funkcje poznawcze oraz zaspokojenie potrzeby ruchu uczniów w czasie lekcji
Metody realizacji	Kinezylogia edukacyjna P. Dennisona
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi uczniów o powstanie, otwiera okno, a następnie inicjuje kilka wybranych ćwiczeń z kinezylogii edukacyjnej P. Dennisona: kreślenie w powietrzu ręką ósemek; -„słoń”; -ruchy naprzemienne
Czynności uczestników	Uczniowie stają swobodnie w klasie i wykonują ćwiczenia zaprezentowane przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Stoły i krzesła pod ścianą

Treści kształcenia	Mocne strony – czym są, jak je rozpoznać, jak je wykorzystać?
Metody realizacji	Rundka „pajęczynka”
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Kłębek wełny

Czynności prowadzącego	<p>Nauczyciel dziękuje za zaangażowanie, zachęca do wspólnej zabawy „pajęczyna”. Nauczyciel rzuca kłębek wełny, jednocześnie nie puszczaając jego końca do dowolnego ucznia. Wypowiada przy tym słowa: „Jesteś dla mnie ważny, ponieważ...”. Kolejni uczniowie kontynuują zabawę. W ten sposób pomiędzy uczniami tworzy się pajęczyna utkana z wełny.</p> <p>Nauczyciel podsumowuje zajęcia słowami: „Spójrzcie – pomimo, że różnimy się od siebie, każdy z nas jest ważny, razem możemy więcej, a siła naszej pajęczynki zależy tylko od nas”</p>
Czynności uczestników	Uczniowie stoją w kole i uczestniczą w zaproponowanej przez nauczyciela zabawie
Uwagi realizacyjne	Krzesła i stoły pod ścianą, uczniowie stoją w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Rundka – „pajęczyna”



Kamila Müller

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## **NIEBEZPIECZEŃSTWO PODZIAŁU SPOŁECZEŃSTWA NA SWOICH I OBCYCH W PEJORATYWNEJ PRZESTRZENI SUBKULTUR**

Każdy z nas, będąc istotną społecznością, dąży do realizacji funkcji, jaką jest przynależność do rozmaitych grup społecznych. Zapewnia to prawidłowy rozwój osobowy oraz realizację podstawowych funkcji życiowych. Bez innych ludzi bowiem jednostka społeczna nie potrafi funkcjonować poprawnie.

Tworzenie się grup społecznych jest zjawiskiem permanentnym. Istotne są prowadzone przez nie działania zmierzające do realizacji wcześniej określonych celów. Na uwagę zasługuje fakt, że grupy te kreowane są przez osoby młode, nieukształtowane społecznie (dlatego udział w grupach młodzieżowych może mieć niekorzystny wpływ na ich rozwój). Pejoratywność polega na tym, że ze względu na wyznawane ideologie i prowadzone działania, subkultury mogą stać się zagrożeniem dla reszty społeczeństwa. Egzystencja według przyjętych schematów może przyczynić się do dyskryminacji, wykluczenia społecznego oraz nietolerancji członków wielu subkultur.

Istotną rolę w rozpoznaniu uczestniczenia dziecka w subkulturach spełniają rodzice oraz nauczyciele i wychowawcy. Wiedza pozwalająca na poprawne zdiagnozowanie konkretnej subkultury będzie również dobrym drogowskazem przy doborze odpowiednich technik i narzędzi komunikacyjnych.

### **Wyjaśnienie terminu subkultur**

Zarówno już istniejące, jak i nowo tworzone subkultury, w obecnych warunkach społeczno-polityczno-ekonomicznych, stanowią jasną odpowiedź na niezaspokojone potrzeby, a także na rozczarowanie światem, w którym funkcjonujemy. Dużą rolę w pojawieniu się podkultur odgrywa odczuwalne wykluczenie społeczne oraz związany z nim negatywny stosunek do środowiska, w którym dana jednostka funkcjonuje, jak również destabilizacja życia codziennego oraz wynikająca

z niej świadomość społeczna. Współistnienie w subkulturze staje się pomocne w poznaniu innego świata. Pomiędzy uczestnikami zawiązuje się więź społeczna, która doprowadza do zaspakajania istotnych potrzeb. Następstwem tego jest fakt, że każda jednostka funkcjonująca w podkulturze otrzymuje: „(...) zrozumienie i pomoc, zyskuje możliwość nieskrępowanej wymiany myśli, odczuwa współdzielczość emocjonalną z pozostałymi członkami grupy, pozbawia się uczucia osamotnienia”<sup>1</sup>. Wśród innych czynników, które w znaczący sposób wpływają na kształtowanie się nowych generacji, można wymienić także: zaburzenia więzi emocjonalnych pomiędzy jednostką a rodziną, próby zmiany wartości i porządku społecznego, bliskie kontakty z osobami należącymi do podkultur, a także utrudniony dostęp do dóbr kulturowych lub ograniczone kontakty z innymi rówieśnikami.

Subkultura definiowana jest przez większość źródeł jako względnie spójna grupa ludzi, odrębna od reszty społeczeństwa, nietworząca w całości nowego systemu wartości, ze względu na to, iż normy i wzory zachowań początkowo przez nią odrzucone w rzeczywistości poddawane są dokładnej selekcji i częściowo zostają wykorzystywane w założeniach ideologicznych. Dlatego też bardzo często ich pojawienie się wiąże się z zanikiem istniejącego porządku kulturowego. Każda podkultura przyjmuje inne, odróżniające się od reszty zasady społeczne. U jej podstaw znajdują się świadome i celowe działania zmierzające do zaspokojenia określonego interesu ludzi o tożsamych poglądach. Analizując cele, dla realizacji których młode osoby tworzą nowe formacje, można przedstawić podział pomiędzy subkulturami na:

- grupę ekologiczno-pacyfistyczną, gdzie najważniejszym celem staje się ukierunkowanie wszelkich działań na rzecz środowiska i pokoju;
- grupę buntu i ucieczki, respektującą indywidualność, kult siły i podległości; cechą wspólną jednoczącą członków subkultury tego rodzaju są doświadczenia resocjalizacyjne, swoisty żargon oraz specyficzna forma komunikacji;
- grupę kreacyjną, wyróżniającą się artystycznym sposobem wyrażenia siebie oraz swoich emocji.

W większości przypadków pojęcie subkultury ma charakter pejoratywny, ponieważ od początku kojarzone jest z nieprzystosowaniem oraz patologią społeczną. Należy jednak podkreślić, że subkultury mogą mieć pozytywny wpływ na otoczenie – mianowicie poprzez swój udział w kształtowaniu wartości społecznych oraz kulturowych doprowadzają do ich uzupełnienia, wzbogacania lub też modernizacji. Są zjawiskiem pozytywnym również wtedy, kiedy stanowią możliwość społecznego rozwoju danej jednostki w grupie.

<sup>1</sup> RYCHŁA J., *Ucieczka. Bunt. Twórczość. Subkultura hip-hopowa w poszukiwaniu autentycznego stylu życia*, Kraków, Wydawnictwo Impuls, 2005, s. 30.

Każda subkultura ma swój odmienny od reszty społeczeństwa wizerunek (o którym wspomnę w dalszej części artykułu). Zazwyczaj jest on konsekwencją reprezentowanych wartości oraz poglądów, czyli przyjętej ideologii.

### **Czym jest i jakie funkcje pełni ideologia**

Słowo „ideologia” tworzy zbitkę pojęciową dwóch słów z języka greckiego: *idéa* – oznaczającego wyobrażenie oraz *lógos* – tłumaczonego jako „nauka”. Definicja ma długą i złożoną historię. Dawniej łączono ideologię z filozofią, sądząc, że każda myśl stanowi odbicie warunków materialnych. Współcześnie ideologia oceniana jest przez pryzmat nadrzędności w stosunku do innych poglądów. Termin ten określa także zbiór usystematyzowanych światopoglądów – między innymi artystycznych, ekonomicznych, politycznych, prawnych oraz religijnych. Definicja zwraca największą uwagę na rolę jednostek, funkcjonowanie instytucji oraz istniejący porządek społeczny. Na takim gruncie tworzą się doktryny, a pod ich wpływem programy polityczne. Ideologia odgrywa istotną rolę przy nadaniu nazw masowym ruchom społeczno-politycznym, takim jak: demokratyczny, komunistyczny czy też liberalny.

Wśród głównych funkcji, jakie spełnia ideologia, można wymienić:

- funkcję programowo-polityczną, na którą wpływają wizje nowego społeczeństwa, kształtujące powstanie partii lub programu politycznego;
- funkcję uprawomocniającą, dającą prawo funkcjonowania różnorodnym ugrupowaniom politycznym;
- funkcję poznawczą, upowszechniającą określony obraz świata, za pomocą którego człowiek poznaje i rozumie jego „mechanizmy”;
- funkcję integrującą, zrzeszającą ze sobą ludzi o wspólnych poglądach oraz celach;
- funkcję ekspresyjną, odzwierciedlającą myśli, uczucia oraz przekonania innych ludzi.

W artykule tym zostaną przedstawione ideologie oraz subkultury, które w stopniu zdecydowanie dużym są zagrożone lub same w sobie stanowią zagrożenie (dla innych) w szkołach ze względu na obecną dyskryminację, wykluczenie społeczne, a także nietolerancję. Analogicznie scharakteryzowani zostaną: dla ideologii nacjonalistycznej – skinheadzi, dla anarchizmu – punki, dla najpopularniejszej współcześnie ideologii, jaką jest ideologia hip-hopowa – hip-hopowcy. W celu skonfrontowania dokonam charakterystyki ideologii – neutralnej, pomimo posiadania własnych, odrębnych zasad – rastafarianizmu oraz jego reprezentantów rastafarian.

## Nacjonalizm oraz nietolerancja znakiem charakterystycznym skinheadów

Nacjonalizm (z języka łacińskiego *natio* oznacza naród, plemię) jest ideologią, a zarazem ruchem politycznym oraz postawą społeczno-polityczną. Charakteryzuje się wyobrażeniem, aspiracjami oraz samoświadomością stawiającą wszelkie interesy, jak również działania narodowe jako nadrzędne względem innych narodów, jednostek i własnych korzyści. Znaczący badacz tematyki nacjonalizmu I. Berlin wśród głównych cech nacjonalizmu wymienia: „(...) wierę w nadrzędny charakter potrzeby przynależności narodowej, w organiczną współzależność wszystkich elementów konstytuujących naród, w wartość tego, co nasze z tej po prostu racji, że jest nasze, wreszcie, w przypadku konkurencji ze strony innych pretendentów do autorytetu i wierności, w supremację wymagań stawianych przez naród”<sup>2</sup>. Wśród funkcji, jakie spełnia ideologia nacjonalizmu można wymienić:

- funkcję programowo-polityczną, która wpływa na tworzenie się narodo-wo-radykalnych i nacjonalistycznych partii politycznych;
- funkcję uprawomocniającą, dającą prawo funkcjonowania partiom oraz ugrupowaniom politycznym;
- funkcję poznawczą, która rozróżnia ludzi „swoich” od „obcych”, poprzez którą uzasadnia także nadrzędne zasady, jakimi kieruje się grupa w osiągnięciu swoich celów;
- funkcję integrującą, która łączy ludzi o wspólnych poglądach, dzięki czemu wytwarzają się silne relacje i więzi emocjonalne oraz poczucie solidarności;
- funkcję mobilizującą, polegającą na aktywności i skupieniu się na realizacji określonych celów oraz zamiarów dla dobra i interesu narodu;
- funkcję ekspresyjną, polegającą na eksponowaniu swoich poglądów, przekonań oraz wartości, którymi kierują się w życiu; zauważalna jest w hasłach, z którymi wyznawcy tej ideologii się utożsamiają, np.: „Polska dla Polaków”, „White Power” („Biała Siła”), „Polska ponad wszystko”, „Precz z czarnuchami” czy „Żydzi do gazu”<sup>3</sup>.

Nacjonalizm rozumiany jako ideologia polityczna ukształtował się w Europie pod koniec XIX wieku. Pierwotne psychosocjologiczne rozumienie nacjonalizmu polegało na przecenianiu zalet oraz minimalizowaniu wad własnego narodu czy grup społecznych przy równoczesnej postawie niedostrzegania zalet i nadmier-

<sup>2</sup> BERLIN I., *Dwie koncepcje wolności i inne eseje*, Warszawa, Wydawnictwo ResPublica, 1991, s. 214.

<sup>3</sup> PEŃCZAK M., *Mały słownik subkultur młodzieżowych*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Semper, 1992, s. 90.

nego wyolbrzymienia wad innych narodów<sup>4</sup>. Ideologia nacjonalistyczna sprzeciwia się internacjonalizmowi, czyli współpracy i utrzymywaniu przyjaźni z innymi narodami, ponieważ w założeniu ideologia ta polega na lojalności jedynie wobec własnego narodu. Istotną rolą wynikającą z poczucia tożsamości narodowej jest podejmowanie działań mających na celu zdobycie (lub podtrzymanie istnienia) własnego państwa i jego samookreślenie, zwiększenie siły oraz ujednoczenie populacji narodu poprzez asymilację, jak również wysiedlenie lub eksterminację ludzi spoza wspólnoty narodowej zamieszkujących teren danego państwa. Nacjonalizm ma swoich zwolenników – osoby te tworzą subkulturę skinheadów.

Etymologiczne znaczenie subkultury skinheadów oznacza „skórogłowi” (z języka angielskiego *skin* – skóra oraz *head* głowa). Pierwsi skinheadzi pojawili się w Wielkiej Brytanii w latach 60. XX wieku. Wywodzili się z rodzin robotniczych, w których problemy materialne, trudne warunki życia i bezsens życia były nieodłącznym elementem codziennej egzystencji. Celem zaistnienia subkultury było stworzenie państwa, w którym zapanuje specyficznie rozumiany ład i porządek społeczny. Z kolei w Polsce skinheadzi pojawili się na początku lat osiemdziesiątych, natomiast dominujący okres ich rozwoju przypada na lata 1988–1994. Członkowie tej subkultury określają siebie jako obrońców tożsamości i tradycji narodu polskiego, dlatego deklarują walkę o silny kraj i stworzenie społeczeństwa zdyscyplinowanego. Uważają siebie za reprezentantów aryjskiej rasy (starożytnego ludu indoeuropejskiego), czyli za „nadludzi”, dlatego też w swoich działaniach silnie dążą do zniszczenia całej „nieczystej rasy”. Głoszony przez nich faszyzm kieruje się agresją i nienawiścią skierowaną do osób o innej nacji oraz do homoseksualistów. Początkowo skinheadzi ubierali się w kolejarskie mundury, jednak na przestrzeni lat wizerunek ten uległ silnym zmianom. Ich charakterystyczny strój, pomimo iż różni się na całym świecie, zawsze cechuje się prostotą. W Polsce stylizują się na modzie wojskowej: czarne buty wojskowe (glany), spodnie moro lub wąskie dżinsy, bluzy czy koszule bez miejsca na luz sportowy, czarna kurtka (flek) oraz szelki. Istotną rolę odgrywa biały kolor sznurówek. Wizerunek symbolizuje gotowość do walki, czystość oraz porządek.

### Sceptycyzm i nihilizm subkultury punków

Kolejną przedstawioną ideologią jest anarchizm, który narodził się jako odpowiedź na nacjonalizm. Nazwa tej subkultury to tłumaczony z język greckiego zwrot oznaczający „bez władcy”. Anarchizm stał się alternatywną dla istniejących systemów, ponieważ sprzeciwiał się wszystkim obowiązującym w społeczeństwie regułom; opowiadał się za likwidacją państwa, kapitalizmu, dyskryminacji, wyzy-

---

<sup>4</sup> PATEREK W., *Konflikty współczesnego świata*, Kraków, Uczelniane Wydawnictwo Naukowo-Dydaktyczne BG AGH, 2001, s. 88.

sku oraz zbiorowego egoizmu. Krytyka anarchistów objęła również sens istnienia stowarzyszeń opartych na zasadzie porządku hierarchicznego (takich jak: armia, policja, Kościół), dlatego wszelkie autorytety instytucjonalne i moralne zostały uznane za źródło propagowania nieprawdy i manipulacji społeczeństwem<sup>5</sup>. Wśród wartości, które ideologia ta chciała wprowadzić w życie, najważniejszą była wolność. Polegała ona na dezaprobach udziału w jakichkolwiek instytucjach społecznych oraz na możliwości robienia wszystkiego, na co przyjdzie ochota, w dowolnym czasie i miejscu. Anarchizm dążył zatem do tego, aby wprowadzić własny model społeczeństwa bezklasowego, w którym zapanuje dobrowolna wolność, współpraca, harmonia stosunków międzyludzkich oraz społeczna własność środków produkcji. Upragniona przez nich równość społeczna silnie związana była z likwidacją wszelkich granic i podziałów etnicznych. Za główne funkcje ideologii anarchistycznej uznaje się przede wszystkim:

- funkcję programowo-polityczną, wpływającą na działania ukierunkowane na ukształtowanie się wolnego i równego społeczeństwa;
- funkcję integrującą, na którą wpływały warunki takie jak: bieda, głód oraz brak perspektyw, które stały się czynnikiem łączącym ludzi;
- funkcję ekspresyjną, ukazującą przekonania, światopogląd oraz upragniony model społeczeństwa i świata; najbardziej zauważalna jest w głoszonych hasłach, takich jak: „No future” („Nie ma przyszłości”), „No rules” („Nie ma reguł”) czy też „No hope” („Nie ma nadziei”)<sup>6</sup>.

W przekonaniu punków nie ma lepszych czy gorszych jednostek; dlatego wszyscy bez względu na narodowość, rasę, płeć, orientację seksualną, wyznanie czy wiek są sobie równi. Społeczeństwo, w których żyją, odrzuca i dyskryminuje członków tej subkultury, ze względu na dekadenski styl życia oraz niewłaściwe zachowanie w miejscach publicznych (spożywanie alkoholu). Bardzo często wyznawcy tej ideologii kojarzeni są przez większość społeczeństwa z brudem, dlatego też słowo „punk” slangowo oznacza wyrzutka, jednostkę zepchniętą poza margines społeczny.

Ruch narodził się w latach 70. XX wieku w Wielkiej Brytanii. Jego zapowiedź stanowiła muzyka, która pojawiła się pod koniec lat sześćdziesiątych. Podkultura punków była wyizolowaną z miejscowej cyganerii grupą buntowników. Wywodzili się oni głównie z nizin społecznych lub rodzin bezrobotnych, dlatego działalność ta była w największej mierze odpowiedzią na panujący kryzys ekonomiczny. Wśród jej członków dominowały osoby młode, które nie miały możliwości poprawy własnego życia (edukacji czy zdobycia dobrej pozycji społecznej), a w śro-

<sup>5</sup> PEŃCZAK M., *Mały słownik...*, s. 68.

<sup>6</sup> CHACIŃSKI B., *Wyż nisz: od alterglobalistów do zośkarzy – 55 małych kultur*, Kraków, Wydawnictwo Znak, 2010, s. 171–176.

dowiskach, w których funkcjonowali, panowała agresja i apatia społeczna. W Polsce pojawili się pod koniec lat 70. XX wieku. Ich specyficzny wizerunek był zawsze niechlujny. W stroju dominował kolor czarny; nosili skórzane wojskowe kurtki nabite ćwiekami, ciężkie buty oraz ozdoby takie jak kolczatki lub obroże. Fryzura najbardziej wyrażała ich odmienność – nosili bowiem różnobarwne irokezy. Niecodzienny wygląd miał na celu zwrócenie uwagi na bunt spowodowany zastaną w kraju sytuacją, a także stanowił swoistego rodzaju uniform.

### **Alternatywność kulturowa hip-hopowców jako nowy styl życia**

Ideologia hip-hopu ma współcześnie największy wpływ na kształtowanie się osobowości młodych osób. W dzisiejszych czasach osiągnęła swoje apogeum, a liczba osób, które silnie identyfikują się z nią, rośnie każdego dnia. Głównym powodem jej narodzin była chęć młodych osób, by oderwać się od codziennej rzeczywistości. W społeczeństwie, w którym miała swój początek, dominowało poczucie bezsilności oraz osamotnienia, a tworzące się bariery społeczne były niemożliwe do pokonania. Osoby młode bardzo często były pozbawione sensu życia oraz poczucia własnej wartości. Alternatywność kulturowa tej ideologii polegała na zaprezentowaniu nowego stylu życia, który stawał się odskocznią od szarości i frustracji dnia codziennego, czyli przede wszystkim od biedy, grup przestępczych oraz narkotyków. Spajanie się z nową kulturą stało się pomocne w odnalezieniu własnej tożsamości oraz w realizacji naturalnych potrzeb ludzkich<sup>7</sup>. Wśród najważniejszych funkcji ideologii hip-hopu można wymienić:

- funkcję poznawczą – ideologia za pomocą swoich komponentów, jakimi są muzyka, taniec breakdance oraz graffiti, zmienia lub tworzy nową wizję świata, którą stara się upowszechnić w społeczeństwie (pragnie dzięki temu przekazać innym osobom impuls do poznania świata, aby mogli lepiej zrozumieć mechanizmy nim rządzące);
- funkcję integrującą, polegającą na nawiązaniu kontaktu i wytworzeniu się w jego wyniku silnych relacji społecznych pomiędzy osobami o jednakowych poglądach i celach;
- funkcję ekspresyjną, polegającą na wyrażaniu swoich myśli, przekonań oraz wartości w bezpośredni i szczery sposób poprzez: rap, breakdance lub graffiti.

Subkultura hip-hopu współcześnie najmocniej kreuje społeczne i kulturowe postawy. Czas i miejsce jej narodzin można określić jako początek lat 70. XX wieku w Bronksie, czyli „czarnej dzielnicy” Nowego Jorku. Rządzono się tam własny-

---

<sup>7</sup> SOŁTYSIAK T., *Młodzież o podkulturach*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane WSP, 1993, s. 24.

mi zasadami; obowiązywało niepisane „prawo dżungli”, a priorytetem była codzienna walka o przetrwanie. Dokonywało się to za sprawą nieludzkich czynów, takich jak: napady, kradzieże, a w niektórych przypadkach nawet morderstwa. Wygranym był zawsze silniejszy; słabszemu pozostało mówienie o tym, co myśli i czuje. Doprowadziło to do sytuacji, w której to właśnie młodzi ludzie stworzyli muzykę jako sposób zapisania własnej historii życia na ulicy. W Polsce kultura ta od samego początku zwracała uwagę młodych osób (głównie mężczyzn) z rodzin robotniczych oraz z rodzin inteligenckich. Bardzo często wulgarnie zachowanie (oraz słownictwo) staje się przyczyną dyskryminacji oraz wykluczenia społecznego reprezentantów subkultury hip-hopu. Oni sami są neutralni w stosunku do innych, bardzo często wzorują się na muzyce z zachodu i popierają kulturę afroamerykańską. W swoim zachowaniu oraz przemyśleniach promują tolerancję oraz różnokulturowość.

### **Wolność, pokój oraz braterstwo w rozumieniu rastafarian**

Kolejną ideologią jest rastafarianizm, który w ostatnich czasach stał się popularny za sprawą programów rozrywkowych emitowanych w środkach masowego przekazu. Jego wyznawcy są grupą najbardziej wyróżniającą się grupą na tle innych podkultur, ze względu na swoją egzystencję, zasady oraz praktykowane ceremonie. Kultura narodziła się pod wpływem hasła „Powrót do Afryki”, które wygłosił kaznodzieja Marcus Garvey, walczący o równouprawnienie rasowe oraz o zachowanie narodowej tożsamości czarnoskórej ludności. Ideologia wiąże ze sobą trzy wymiary: religijny, społeczno-polityczny i kulturowy. Alternatywność w wymiarze religijnym polega na tym, że rastafarianie szczególną uwagę przykładają do dwóch ksiąg Pisma Świętego – Genesis i Apokalipsy, uważając je za źródło tłumaczące losy czarnych ludzi. Wymiar kulturowy przejawia się w tym, że rastafarianie pragną równości wszystkich ludzi na świecie; chcą zniesienia wszelkich różnic klasowych, rasowych oraz organizacyjnych. W życiu poszukują niezależności, wolności psychicznej i fizycznej oraz godności; głośno protestują przeciwko zachowaniom zmierzającym do zniewolenia człowieka. Marzą, aby stworzyć świat, w którym ludzie będą żyć w poczuciu braterskiej miłości i wspólnoty. Ideologia opiera się na zasadach zaczerpniętych ze Starego Testamentu – proponuje ona prostotę życia połączoną z afrykańskimi wierzeniami animalistycznymi. Wyznawcy tej ideologii prowadzą życie w zgodzie z naturą oraz z szacunkiem do własnego ciała i ducha, dlatego silnie sprzeciwiają się spożywaniu narkotyków, alkoholu oraz mięsa, a w ich diecie akceptowane są jedynie produkty wytworzone w naturalny sposób. Respektowanie przyjętych przez nich zasad jest wyrazem oddania szacunku i hołdu Bogu. Jako główne funkcje ideologii rastafarianizmu można wymienić:



- funkcję poznawczą, która uzasadnia nadrzędne zasady, jakimi kierują się rastafarianie;
- funkcję integrującą – dzięki tożsamym poglądom oraz ceremoniom religijnym pomiędzy rastafarianami powstają więzi emocjonalne;
- funkcję ekspresyjną, polegającą na wyrażaniu uczuć, przekonań i wartości.

We współczesnym świecie rastafarianie nie wzbudzają skrajnych emocji, są traktowani na równi z innymi. Są jedną z najstarszych subkultur, bowiem istnieją od lat 30. XX wieku. Stanowią jedyną podkulturę, która uważa, że oddanie hołdu i szacunku, jak również zbliżenie się do Boga Jahwe możliwe jest poprzez palenie marihuany – nazywają ją „ziołem mądrości”, bowiem są przekonani, że dodaje ona mądrości, poprzez co pozwala na swobodniejsze uwalnianie uczuć. Palenie marihuany stało się nieodzowną czynnością podczas ceremonii, podczas której wygłaszana jest poezja, a wszystkiemu towarzyszy gra na bębnach oraz śpiew pradawnych hymnów. Strój rastafarian ma na celu podkreślenie afrykańskich korzeni; charakterystyczne stały się tzw. galabije, czyli długie, szerokie szaty podobne do noszonych przez Arabów. Najczęściej ubrania tworzą zestawienie trzech kolorów z flagi Jamajki: zielonego (symbol Afryki, natury), żółtego (symbol bogactwa zagarniętego przez kolonistów) oraz czerwonego (symbol krwi jamajskich męczenników przelanej w walkach z najeźdźcą). Uzupełnieniem wizerunku są dredy, czyli skręcone pasma włosów. Współcześnie symbolizują one poświęcenie i oddanie Bogu.

Rastafarianizm został rozpropagowany na świecie przez emigrantów z Jamajki. W Europie Zachodniej pojawił się pod koniec lat pięćdziesiątych, jednak główny rozkwit nastąpił na początku lat 80. XX wieku. Początkowo rastafarianie wywodzili się z subkultury punków, dlatego nie przykładali większej uwagi do prawdziwej ideologii; skupiali się jedynie na samym pacyfizmie. Do zwiększenia zasięgu i popularności kultury przyczynił się wzrost bezrobocia, gorsza sytuacja materialna oraz muzyka, która tworzyła połączenie dźwięków jamajskich i amerykańskich, z dodatkiem bluesa i afroamerykański soul. Wyróżniającą cechą ideologii rastafarian na tle innych jest brak przejawów zachowań agresywnych, pozytywne nastawienie do codzienności i otaczającego społeczeństwa oraz silne znaczenie religii w życiu.

Ideologia oraz wynikające z niej subkultury są bardzo często powodem pojawienia się przejawów dyskryminacji oraz wykluczenia społecznego. Biorąc innych za „gorszych” lub „obcych”, można zostać uznany za osobę nietolerancyjną, od której stopniowo będą oddalać się najbliżsi ludzie. Wyznawcy konkretnych ideologii charakteryzują się swoim odmiennym wizerunkiem, poprzez co jeszcze prościej następuje kategoryzowanie społeczeństwa na „swoich” i „obcych”.

## Pejoratywności podziału społeczeństwa na „swoich” i „obcych”

Należy pamiętać, że każde odmienne zachowanie czy też wizerunek nacechowany jest w oczach społeczeństwa pejoratywnie. Bardzo często te „inne” osoby odczuwają dyskryminację, wykluczenie społeczne, a także brak tolerancji ze strony społeczeństwa. Doprowadza to do tego, że pojawia się widoczne i odczuwalne kategoryzowanie jednostek (oraz grup) na „swoich” oraz „innych” i „obcych”. Warto zaznaczyć, że określenia „inny” oraz „obcy” używane są zamiennie. W samym takim zachowaniu nie kryje się nic złego, ponieważ zauważenie różnic występujących pomiędzy ludźmi to reakcja naturalna – jest to efekt poznawania człowieka oraz jego atrybutów do których zaliczyć można przede wszystkim: wizerunek, osobowość, wyznawane wartości czy kulturę. Należy jednak zwrócić uwagę, iż niepoprawne stosowanie tych terminów ma miejsce w sytuacji, gdy wykorzystuje się je wobec nieznannej i obcej jednostki, odmiennego kulturowo nieznanego człowieka, wroga, który niesie ze sobą pewną dozę niebezpieczeństwa. W tym znaczeniu terminy te przyjmują negatywny charakter i przypisuje się im (bardzo często zakorzenione w psychice) emocje związane z obawą, wstrętem, strachem, uprzedzeniem, wykluczeniem społecznym oraz nietolerancją. Postrzeganie „innych” / „obcych” uległo zdecydowanej zmianie po 11 września 2001 r. W obecnym rozumieniu określenie „inny” zazwyczaj oznacza imigranta. Zamach na World Trade Center (w którym zginęło 3000 osób, a liczba rannych przekroczyła 6000) doprowadził do tego, że praktycznie każda osoba innej nacji traktowana jest przez społeczeństwo jako jednostka zagrażająca bezpieczeństwu, a nawet życiu. Przejawem lęku i strachu jest uznawanie muzułmanina poza jego własnym krajem za „rożnego obcego”. Znaczący wpływ na takie myślenie ma funkcjonowanie stereotypowego myślenia – należy jednak pamiętać, że nie każdy muzułmanin to terrorysta, a nie każdy terrorysta to muzułmanin. W Polsce coraz częściej pojawiają się niechęć i agresywne zachowania w stosunku do przedstawicieli tej religii, np. sprzeciwianie się mieszkańcom Warszawy budowie meczetu w tym mieście. Mentalność oraz doświadczenia historyczne naszych rodaków powodują, że grupą najbardziej zagrożoną dyskryminacją, wykluczeniem społecznym oraz nietolerancją są obcokrajowcy, którzy wyróżniają się cechami fizycznymi (np. kolor skóry) bądź kulturowymi (np. używany język). Przykładem takiego zachowania jest wydarzenie mające miejsce we wrześniu 2016 r., gdzie w centrum stolicy został pobity profesor Jerzy Kochanowski, wykładowca Instytutu Historycznego Uniwersytetu Warszawskiego, jedynie ze względu na to, że rozmawiał z kolegą z Uniwersytetu w Jenie w języku niemieckim. Całe to zdarzenie rozegrało się w „biały dzień” w miejscu publicznym.

W Polsce, jak i w całej Europie coraz częściej stosuje się kategoryzowanie ludzi na „swoich” oraz „obcych” / „innych”. Bardzo często osoby początkowo uznawane

za „swoich” w gruncie rzeczy stają się „obce”. Coraz częściej w większych miastach spotkać można grupy odmienne, których członkowie, będąc naszymi rodakami, pod wieloma względami różnią się od większości społeczeństwa. Są oni reprezentantami innych ideologii, a co za tym idzie również wartości i kultury – należąc do subkultury, są często ofiarami żartów czy dyskryminacji. W przypadku niektórych podkultur dochodzi do swoistego paradoksu, bowiem subkultura, której przedstawiciele walczą o homogeniczność w kraju, nie tolerując najmniejszego przejawu „inności” czy „obcości”, stają się sami nieakceptowanymi społecznie, jedynie ze względu na sposób propagowania własnych idei i prowadzoną działalność. W początkowym etapie dochodzi do dyskryminacji, następnie do wykluczenia społecznego, zaś w ostatniej fazie jednostki (lub grupy społeczne) stają się ofiarami nietolerancji społecznej. W tym momencie chciałabym zwrócić uwagę na te zagadnienia, ponieważ odgrywają one istotną rolę w teraźniejszym świecie, zarówno w funkcjonowaniu „innych” w społeczeństwie, jak również w stosunku samego społeczeństwa do „obcych”.

### **Następstwa kategoryzacji społeczeństwa na „swoich” i „obcych”**

Pierwszą z negatywnych postaw, jakie wprowadził podział na kategorie „swoich” i „obcych”, stanowi dyskryminacja. Można ją określić jako długotrwałe, systematyczne działania, które w sposób bezpośredni lub pośredni ograniczają możliwość zaspokajania potrzeb i osiągnięcia cenionych w danej kulturze dóbr czy wartości. Jej przejawy widoczne są w nierównym traktowaniu, w utrudnianiu uczestniczenia w grupach społecznych, a także w stawianiu ograniczeń w dostępie do prestiżu lub władzy. Bardzo często opinia osób dyskryminujących oparta jest jedynie na stereotypowym postrzeganiu innych osób, co wiąże się ze zjawiskiem stygmatyzacji. Dyskryminacja dotyczy najsilniej mniejszości narodowych, etnicznych, religijnych oraz społecznych i obyczajowych. Z obszarem tym wiąże się pojęcie ksenofobii, czyli nieuzasadnionego lęku przed czymś obcym, dotychczas nieznanym. Bardzo często jednostkami napędzając negatywne emocje są członkowie subkultur młodzieżowych – skinheadzi. Dyskryminacja rasowa, czyli rasizm, zakłada istnienie związku pomiędzy cechami fizycznymi a psychicznymi, dlatego też skinheadzi uważają, że istnieją rasy lepsze i gorsze. Z kolei dyskryminacja etniczna zakłada, że istnieją odmienności społeczne i kulturowe, które nie pozwalają jednostce na normalne funkcjonowanie w społeczeństwie. Niechęć i wrogość skierowana do cudzoziemców przejawia się w różnych obszarach i z różnym nietężeniem. Z uwagi na siłę zachowań dyskryminacyjnych może pojawić się dyskryminacja skrajna (polegająca na całkowitym wykluczeniu danej grupy) oraz dyskryminacja częściowa (która przejawiać się będzie w kilku sferach życiowych; może przyjmować formy np.

ograniczeń zawodowych). Odmienny charakter tego zjawiska (najczęściej występujący w Polsce) stanowi dyskryminacja pośrednia, polegająca na tym, że pozornie funkcjonujące zasady w rzeczywistości stawiają daną grupę w niekorzystnej sytuacji. Pomimo iż takie formy są praktyczne niezauważalne, w efekcie mogą powodować utrwalanie nieodpowiednich wzorców zachowań. Można wyróżnić także dyskryminację bezpośrednią, która objawia się intencjonalnym traktowaniem danej grupy. Do czynników, które kształtują postawę dyskryminacji, zaliczyć można historycznie ukształtowany strach przed najeżdżcą, widoczną jednolitość etniczną, a także strach przed utratą dotychczasowej stabilności życiowej.

Drugą skrajną postawą o negatywnym zabarwieniu emocjonalnym, którą wprowadził podział na kategorie „swoich” i „obcych”, jest wykluczenie społeczne. Termin ten określa sytuację, w której jednostka (lub większe grupy społeczne), będąca elementem społeczeństwa, nie może swobodnie uczestniczyć w jego działaniach ze względu na odczuwalny stosunek pozostałych osób. Wykluczenie społeczne wiązać się będzie zatem z całkowitym brakiem dostępu do pewnych zasobów, dóbr i instytucji, a także z ograniczeniem praw społecznych oraz deprywacją potrzeb. Pod terminem tym kryje się także wyłączenie jednostek z prowadzonych działań społecznych, kulturowych, gospodarczych, obywatelskich oraz politycznych. Należy pamiętać, że grupami narażonymi na wykluczenie społeczne nie są jedynie imigranci czy mniejszości narodowe. Bardzo często zjawisko marginalizacji dotyczy także osób niepełnosprawnych, uzależnionych, bezrobotnych, opuszczających zakłady karne, a także kobiet samotnie wychowujących dzieci, ofiar patologii, jak i osób o niskich kwalifikacjach zawodowych, osób starszych, bezdomnych, a także członków subkultur młodzieżowych.

Najsilniej odczuwalne jest zjawisko nietolerancji, które stanowi kumulację zarówno dyskryminacji, jak i wykluczenia społecznego. To bardzo niebezpieczny aspekt uwidaczniający się w różnych dziedzinach życia. Jednym z głównych przejawów nietolerancji jest negatywna postawa wobec osób o innym kolorze skóry – osoby takie mogą stać się ofiarami kpin, żartów, a nawet ofiarami przestępstw. Brak tolerancji bardzo często wynika także z odmiennej religii czy poglądów społecznych, a tym samym także z wyznawanych wartości. Codziennosc ukazuje nam ogrom problemu wynikającego z nietolerancji. Media społeczne każdego dnia donoszą o niechęci mieszkańców w stosunku do grupy imigrantów. Z każdym rokiem wzrasta liczba brutalnych przestępstw odnoszących się wprost do narodowości, pochodzenia etnicznego, rasy bądź wyznania. Niestety prognozy w tym obszarze nie brzmią optymistycznie, ze względu na permanentnie wzrastającą liczbę cudzoziemców w Polsce. Przybysze z innych krajów nie czują się bezpiecznie w większych miastach Europy. Z brakiem tolerancji bardzo często spotykają się także osoby starsze i chore. Nietolerancja w tym przypadku powstaje z tego

samego powodu, do którego dochodzi w przypadku dyskryminacji czy wykluczenia społecznego – ludzie odczuwają strach i zagrożenie przed tym co nowe, dotychczas im nieznanne. Prezentując swoją niechęć, poniekąd tworzą pancerz bezpieczeństwa przed zmianą dotychczasowego stylu życia. Społeczeństwo dochodzi w obecnych czasach do paradoksu – każdy przejaw niechęci będzie traktowany jako objaw nietolerancji. W ten sposób mniejszość może terroryzować większość, narzucając jej swoje wartości. Uważam, że należy być człowiekiem tolerancyjnym, jednak pamiętać trzeba, aby nie popadać ze skrajności w skrajność. Tolerancja nie może stać się naszym wrogiem i doprowadzić do tego, że jej okazywanie będzie dla nas niekorzystne.

Ze zjawiskami dyskryminacji, wykluczenia społecznego oraz nietolerancji bardzo silnie wiąże się zjawisko przemocy. Jest to forma reakcji na bodźce, stanowiąca ryzyko oraz niebezpieczeństwo dla osób „obcych” / „innych”. O agresji słyszymy każdego dnia – wymierzonej w sposób bezpośredni lub pośredni, w formie cielesnej czy psychicznej. Jest to proces, który zaczyna się od szkody dla dobrego samopoczucia, celowego zniszczenia własności innej osobie, drobnego przejawu chuligaństwa, a kończyć się może nawet na ciężkim pobiciu czy zabójstwie. Bardzo często agresję określa się jako naturalny popęd, który zapewnia obronę niezbędnego dla życia terytorium, ochronę potomstwa, jak również zdobycie pożywienia. Agresja – zwłaszcza wśród młodzieży – jest zjawiskiem narastającym. Coraz częściej ludzie czują się bezradni wobec zachowań agresywnych. Istnieje wiele definicji tego zjawiska; można powiedzieć, że są to wszelkie działania, których celem jest wyrządzenie krzywdy (mówimy wtedy o agresji fizycznej) lub wywołanie poczucia strachu bądź frustracji w innej osobie (mówimy o agresji psychicznej). Kolejny rodzaj stanowi agresja bezpośrednia, w której działania zmierzają do wyrządzenia przykrości lub krzywdy – skupiają się na osobie będącej przyczyną doznanej frustracji. Z kolei agresja przemieszczona ukierunkowana jest na jednostki, które nie miały nic wspólnego z odczuwaną frustracją. Mamy z nią do czynienia u osoby, która spotyka się z agresją np. ze strony starszego rodzeństwa, które ukierunkowuje swoje napięcie powstałe w stosunku do kolegów. W tym przypadku agresja wywołuje bardzo niekorzystny wpływ na współżycie w grupie, bowiem rodzi poczucie krzywdy, przeświadczenie o niesprawiedliwym traktowaniu, budzącym tym samym chęć odwetu. Poza wcześniej wymienionymi typami agresji wyróżnić można także agresję frustracyjną, która jest wynikiem blokady realizacji podstawowych potrzeb – dlatego też bardzo często wymierzona jest w stosunku do bliskich, spokrewnionych osób. Aby jej przeciwdziałać, należy przede wszystkim ustalić, które potrzeby nie zostały poprawnie zrealizowane oraz rozważyć możliwe sposoby ich zaspokojenia. Wyróżnić można także agresję naśladowczą, o której mówimy, gdy stanowi ona powielanie modelu zachowania zaczerpniętego z najbliższego otoczenia. Aby uniknąć agresji naśladowczej, istotne staje się zabezpie-

czenie dzieci i młodzieży przed szkodliwym wpływem zachowania agresywnego – bardzo często wystarczy wprowadzić nadzór nad treściami kultury masowej, z jaką mają kontakt. Istnieje także agresja instrumentalna, która jest reakcją na niepoprawnie ukształtowaną hierarchię wartości, a same przejawy agresji stają się swoistym narzędziem umożliwiającym zdobycie określonych dóbr (najczęściej materialnych). Środkiem zapobiegającym przejawom takiego zachowania jest wyraźne wykazanie nieskuteczności stosowania agresji przy jednoczesnym zaprezentowaniu innych sposobów osiągnięcia określonego celu. W przypadku agresji patologicznej konieczne jest zapewnienie jednostce odpowiedniej opieki lekarskiej (konsultacji psychiatrycznych oraz neurologicznych), gdyż prowadzenie działań wychowawczych nie przyniesie odpowiednich rezultatów. Agresja może także przejawiać się na dwa sposoby, należy jednak pamiętać, że każdy z nich niesie jednakowy ładunek wrogości. Pierwszym sposobem, którym łatwo zdiagnozować, jest agresja czynna. Jej przejawy są zauważalne – są to krzyki, oskarżenia, złośliwości, szyderstwa, groźby i przemoc fizyczna. Drugi sposób przejawiania to agresja bierna, do której zaliczyć można takie zachowania jak: nieodzywanie się, naburmuszona mina, obrażanie się, zwlekanie, lekceważenie, sabotowanie innej osoby przy jednoczesnym unikaniu bezpośredniej konfrontacji, a nawet świadome „granie na nerwach”. Osoby, które wykorzystują ten typ agresji, zaprzeczają, że czują gniew wobec drugiej osoby. Taka forma zachowania stanowi pewną próbę manipulacji. Bierna agresja może być z pewnością bardziej destrukcyjna w porównaniu do agresji czynnej, ponieważ zidentyfikowanie jej okazuje się bardzo trudne, a same ofiary – jak wykazują badania i obserwacje – niechętnie mówią o swoich przykrych doświadczeniach.

W dzisiejszym świecie istotne znaczenie odgrywa Internet, gdzie coraz częściej dochodzi do eksponowania własnych myśli czy emocji. Panująca anonimowość oraz poczucie braku bezpośredniej relacji z drugim człowiekiem powodują diametralny wzrost liczby zachowań klasyfikowanych jako zjawiska cyberprzemocy (są to zachowania takie jak: obrażanie, straszenie, nękanie, grożenie, podszycanie się pod inną osobę, a także publikowanie nieprawdziwych i obraźliwych komentarzy pod czyimś adresem w Internecie). Najczęściej w obszarze tym stosowana jest mowa nienawiści, co wiąże się także ze społecznym rozbudzeniem i przyzwoleniem na przejawy nienawiści względem innej osoby. Przyczyn takich zachowań można doszukiwać się w uprzedzeniach kulturowych, rasowych, narodowościowych, orientacyjnych, światopoglądowych lub wyznaniowych. Jest to bardzo niebezpieczne zachowanie, zwłaszcza dla osób, pod adresem których skierowane są te zachowania. Brak stabilności w samoocenie, jak również trudność oceniania własnych oraz cudzych emocji wpływa na nasilenie się zjawiska cyberprzemocy. Dlatego też rozwijanie podstawowych kompetencji społecznych (np. współpracy w grupie) oraz wzmacnianie wiary we własne możliwości zapobiega takim zachowaniom.

## Niepokojące dane

Zdecydowanie niepokojące rozmiary przybiera agresja w szkole. Badania wykazują, że zarówno agresja czynna, jak i agresja bierna są równie często stosowane w szkole. Ofiarami agresji stają się zazwyczaj młodszy i słabszy uczniowie, bardzo często z rodzin ubogich. Często także dziecko wychowywane w rodzinie niepełnej jest obiektem szykan i kpin. W świecie, w którym dla młodych osób najważniejsze staje się posiadanie nowoczesnych gadżetów lub innych wytworów materialnych, osoba nieposiadająca tych „cenionych” dóbr zostaje uznana za jednostkę gorszą, poprzez co jest dyskryminowana lub nawet wykluczona społecznie. Bardzo często kpiny, drwiny oraz szydzenie jest dla samych agresorów rodzajem okrutnej zabawy, a nawet źródłem satysfakcji. Mówiąc o sprawcach, warto zauważyć, że w przypadku przemocy na tle rasistowskim znaczna ich liczba jest popełniana przez osoby nieletnie, a sprawcami nie zawsze są osoby powiązane z ruchami narodowymi czy nacjonalistycznymi. Miejsce o wyraźnie wzmożonej liczbie rasistowskich zachowań są stadiony piłkarskie. Bardzo często ofiarami stają się sami zawodnicy (zwłaszcza ci o afrykańskich korzeniach), wobec których kibiciele stosują agresję słowną oraz czynną (np. obrzucenie piłkarzy bananami, co miało symboliczny upokarzający wydźwięk). Niestety coraz częściej ofiarami dyskryminacji, nietolerancji, a nawet agresji są osoby starsze od samych sprawców; są to: nauczyciele, rodzice, sąsiedzi oraz jednostki obce, których wizerunek odróżnia się od reszty społeczeństwa. Nietolerancja, a także agresja przejawiać się może w przeszkadzaniu nauczycielowi w prowadzeniu zajęć lub pobiciu nowego ucznia w szkole z powodu koloru skóry, kultury czy orientacji seksualnej.

Bardzo istotną rolę odgrywa prowadzone od najmłodszych lat kształcenie podstawowej wartości, jaką jest szacunek do drugiego człowieka. Zarówno rodzice, jak i pedagodzy powinni pamiętać, że okres wczesnoszkolny to najlepszy moment do uczenia się tolerancji i różnorodności występującej pomiędzy ludźmi. Dzieci w tym okresie stają się bardziej świadome towarzystwa, w którym przebywają. Etap wczesnoszkolny jest najważniejszy, bowiem przebiega w początkowej fazie socjalizacji, gdzie kształtowane są najważniejsze postawy oraz wartości. Okres ten stwarza dobre warunki do pielęgnowania cenionych postaw społecznych oraz kompetencji psychospołecznych, które wzmacniają postawę szacunku względem drugiej osoby. Dziecko, które będzie świadome wartościowości każdego człowieka, nie spojrzy na innego przez pryzmat koloru skóry, niepełnosprawności fizycznej, upośledzenia psychicznego, wyznawanej orientacji seksualnej czy możliwości. Takie kategorie nie będą odgrywać roli przy nawiązywaniu kontaktów interpersonalnych oraz przy kształtowaniu relacji społecznych, bowiem każdy człowiek będzie sobie równy.

Aby przeciwdziałać zachowaniom zagrażającym społeczeństwu, konieczne jest zwrócenie uwagi na rolę rodzica i wiążącą się z nią odpowiedzialnością. Każdy ro-

dzic lub opiekun prawny musi interesować się życiem dziecka (jego zainteresowaniami, sposobem spędzania czasu, zachowaniem w szkole, przyjaciółmi itp.), aby móc w odpowiedniej chwili udzielić wsparcia nawet w pozornie najmniejszych problemach. W momencie gdy dziecko odczuwa brak zainteresowania i wsparcia od najbliższych osób – rodziny – zaczyna szukać zaspokojenia podstawowych funkcji oraz wartości gdzie indziej. Bardzo często staje się to pierwszym krokiem do bliższego kontaktu z osobami, które mogą zachęcać do zachowań społecznie nieakceptowanych, takich jak: działania przestępcze, spożywanie alkoholu bądź zażywanie narkotyków. „Liderzy” subkultury celowo wychwytyją słabe psychicznie jednostki, zdając sobie sprawę, że taką osobowość najprościej będzie ukształtować według własnych upodobań oraz potrzeb. Dla rodziców pierwszym niepokojącym sygnałem będącym wyznacznikiem dokonujących się zmian (i początkowego okresu przynależności dziecka do subkultury) może być zmieniający się styl ubierania, sposób funkcjonowania, a także używane słownictwo. Chęć znaczącej wizerunkowej identyfikacji pojawia się zawsze na początku przynależności do danej grupy, zanim jeszcze w zdecydowanym stopniu zmieni się i ukształtuje przez wpływ ideologii osobowość młodego człowieka. Istotne stają się także prowadzone rozmowy rodziców i nauczycieli z dziećmi na temat cechujących ludzi różnic, takich jak: wizerunek, kolor skóry, światopogląd, wyznanie, tradycja czy kultura, ponieważ największy problem tkwi właśnie w postawach społecznych, które w dalszym ciągu przyzwalają na nierówne traktowanie innych ludzi. Dlatego należy uwrażliwić dzieci, a także młodzież na wszelkie przejawy takich zachowań, wraz ze wskazaniem możliwych przyczyn i skutków. Doświadczenie pokazuje, iż niezwykle pomocnym narzędziem przy podjęciu dialogu na ten temat są aktualne wydarzenia społeczne, filmy, a nawet literatura. Poprzez takie działania dzieci i młodzież staną się grupą tolerancyjną na wszelkie przejawy „inności”. Powszechnie występujące „obcości” staną się czymś naturalnym. Istotne w działaniach rodziców i nauczycieli staje się także podkreślenie wartościowości każdego dziecka. Brak takich działań skutkować będzie tym, iż każda „nowa” jednostka, różniąca się na tle pozostałych stać się może adresem frustracji, dyskryminacji, wykluczenia społecznego, nietolerancji czy też agresji. Osoby napiętnowane wymagają specjalnej troski i pomocy, dlatego też istotną rolę pełni rodzic, nauczyciel, a także pedagog szkolny, który we współpracy z taką jednostką powinien wzmacniać wewnętrzne przekonanie o jej zaletach i atutach. Rola tych osób polega także na poprawnym zdiagnozowaniu i określeniu emocji wynikających z danej sytuacji.

Publikacja stanowi formę rozważań nad niebezpieczeństwem wynikającym z podziału społeczeństwa na „swoich” i „obcych”, rozumianej przez pryzmat głównie pejoratywności istnienia i działalności subkultur młodzieżowych. W artykule zaprezentowane zostały definicje ideologii i subkultury, wraz z przedstawieniem podstawowych funkcji, jakie zjawiska te spełniają. Przy dokonywaniu tej



charakterystyki istotną rolę odgrywała ich historia oraz założenia. Zostały także scharakteryzowane podkultury, które są narażone lub same przejawiają skłonności (w stosunku do nich osób) takie jak: dyskryminacja, wykluczenie społeczne oraz nietolerancja społeczna. Należy pamiętać, że wszelkie przejawy obrażania oraz poniżania ze względu na pochodzenie, wyznanie, wiek, stan zdrowia psychicznego bądź fizycznego, a nawet orientację seksualną są pogwałceniem praw i wolności człowieka. Analiza subkultur dotyczyła ich działalności, idei i podstawowych wartości, którymi kierują się w swoim codziennym funkcjonowaniu. Artykuł przedstawia również ich wizerunek, co z pewnością stanie się dla rodziców, nauczycieli lub opiekunów samorządów szkolnych istotnym materiałem, pomocnym przy jej ich poprawnej identyfikacji.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- Berlin I., *Dwie koncepcje wolności i inne eseje*, tłum. D. Grinberg, Warszawa, ResPublica, 1991.
- Chaciński B., *Wyż nisz: od alterglobalistów do zośkarzy – 55 małych kultur*, Kraków, Wydawnictwo Znak, 2010.
- Marshall G., *Słownik socjologii i nauk społecznych*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 2008.
- Paterek W., *Konflikty współczesnego świata*, Kraków, Uczelniane Wydawnictwo Naukowo-Dydaktyczne BG AGH, 2001.
- Pęczak M., *Mały słownik subkultur młodzieżowych*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe Semper, 1992.
- Rychła J., *Ucieczka. Bunt. Twórczość. Subkultura hip-hopowa w poszukiwaniu autentycznego stylu życia*, Kraków, Wydawnictwo Impuls, 2005.
- Sołtysiak T., *Młodzież o podkulturach*, Bydgoszcz, Wydawnictwo Uczelniane WSP, 1993.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Kształtowanie postaw tolerancyjnych u młodzieży ze szkół ponadgimnazjalnych.

### 2. Czas trwania zajęć:

120 minut.

### 3. Cele główne:

- Zwrócenie uwagi na coraz częściej dokonywany podział społeczeństwa na „swoich” i „obcych” oraz wynikające z tego zachowania ryzyko/zagrożenie.
- Wykształcenie postawy tolerancji w stosunku do ludzi nowych oraz do osób różniący się od większości społeczeństwa.
- Przedstawienie sposobów na wzmocnienie świadomości własnych wartości.

### 4. Cele szczegółowe:

- Zaprezentowanie ideologii i subkultur.
- Przedstawienie zjawiska dyskryminacji, wykluczenia społecznego oraz nietolerancji.
- Czym jest agresja, jakie czynniki determinują jej pojawienie się oraz jakie są metody jej niwelowania.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Tolerancja/nietolerancja społeczna - postawa czy zachowanie społeczne ?
- Przyczyny podziału społeczeństwa na „swoich” i „obcych”.
- Techniki oraz sposoby kształtowania postawy szacunku i tolerancji u dziecka w stosunku do innych ludzi.
- W jaki sposób radzić sobie z osobą nietolerowaną – czyli jak pomóc osobie wykluczonej społecznie ?

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Ćwiczenia indywidualne lub grupowe,
- Gry sumacyjne,
- Mapy myślowe.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Wycinki z gazet przedstawiające różnych ludzi w odmiennych sytuacjach społecznych,
- Duże arkusze białego papieru, flamastry.

## 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Etykiety - przypisywanie cech osobom ze zdjęć, ocenianie innych na postawie 'pierwszego wrażenia'. Ćwiczenia ukazują różnice panujące pomiędzy ludźmi – jesteśmy różni – ale jesteśmy sobie wzajemnie potrzebni
Metody realizacji	Ćwiczenia indywidualne lub grupowe
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Zdjęcia z wizerunkiem różnych ludzi
Czynności prowadzącego	Prowadzący prosi uczestników o wyrażenie swoich opinii na temat osób ze zdjęć (wiek, pasja, zawód, sposób spędzania czasu...) Po dokonaniu oceny przez uczestników prowadzący pokazuje zdjęcia tych samych osób – ale w innej odsłonie
Czynności uczestników	Uczestnicy dokonują próby oceny (charakterystyki) osób ze zdjęć, robią to bezpośrednio po zobaczeniu zdjęcia
Uwagi realizacyjne	Sala ze sprzętem multimedialnym - projektorem

Treści kształcenia	Zwiększenie poczucia własnych wartości
Metody realizacji	Ćwiczenie grupowe
Czas trwania	30 minut
Materiały do zajęć	Karta papieru, flamaster
Czynności prowadzącego	Prowadzący prosi uczestników o to, aby zapisali swoje mocne i słabe strony. Prowadzących może odwołać się do swoich słabych stron – przedstawić je w konfrontacji ze swoimi mocnymi stronami
Czynności uczestników	Uczestnicy zapisują swoje mocne i słabe strony – osoby chętne odczytują je na głos
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Kształtowanie umiejętności rozumienia uczuć i emocji oraz poprawności ich eksponowania - określenie przyczyn dyskryminacji, wykluczenia społecznego oraz nietolerancji
Metody realizacji	Gra symulacyjna
Czas trwania	30 minut

Materiały do zajęć	Duża karta papieru, flamaster
Czynności prowadzącego	Prowadzący dzieli grupę na dwie podgrupy: grupę nauczycieli i grupę uczniów, podczas trwania gry prowadzący tworzy mapę myślową, gdzie zapisuje: problemy, przyczyny, skutki i możliwe metody ich rozwiązywania (po pierwszej zakończonej grze, istnieje możliwość zamiany ról pomiędzy uczestnikami)
Czynności uczestników	Grupa nauczycieli - prowadzi prowizoryczną rozmowę na temat tego co dzieje się pomiędzy klasą a napiętowanym uczniem, 'nauczyciel' - przedstawia swoje uczucia i emocje napiętowanego ucznia Grupa uczniów - przedstawia sytuacje, które doprowadziły do takich reakcji i zachowań
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Kształtowanie adekwatnej i pozytywnej samooceny przez nauczyciela u dzieci i młodzieży; konstruowanie komunikatu ze względu na wartość merytoryczną oraz chęć wzbudzenia u dziecka określonego zachowania
Metody realizacji	Gra symulacyjna
Czas trwania	30 minut
Czynności prowadzącego	Prowadzący przedstawia każdemu nauczycielowi określoną sytuację i prosi, aby skonstruował on odpowiednią informację zwrotną (w relacji nauczyciel - uczeń)
Czynności uczestników	Nauczyciel formułuje komunikat, aby: - Opisać zachowanie, które zostało docenione, - Opisać zachowanie, które ma być zmienione, - Opisać skutki zachowania i wynikające z niego zagrożenie - Wyjaśnić w jaki sposób można stać się lepszym człowiekiem
Uwagi realizacyjne	Sala z możliwością nagrywania przebiegu zajęć

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wykorzystanie wiedzy i poznanych ćwiczeń indywidualnych oraz grupowych podczas zebrań samorządu uczniowskiego.
- Wykorzystanie wiedzy, ćwiczeń zespołowych i gier symulacyjnych podczas godziny wychowawczej.

Alicja Czerwińska

Wyższa Szkoła Gospodarki

## MŁODZIEŻ A SEKSUALIZACJA

### Wprowadzenie

Żyjemy współcześnie w świecie, w którym popkulturowy przekaz medialny w coraz większym stopniu przesycony jest treściami seksualnymi. Przekaz ten w ogromnej mierze skierowany jest do ludzi młodych (o przyczynach tego zjawiska w dalszej części artykułu). Ludzie, którzy pamiętają rzeczywistość sprzed transformacji ustrojowej 1989 roku w Polsce, często są zaszokowani tym, co popkultura serwuje młodym ludziom współcześnie. Kiedyś pokazanie w telewizji odkrytych kobiecych piersi mogło mieć miejsce tylko po godzinie dwudziestej, dziś często zwykłe reklamy emitowane w południe mają niezwykle wyraźny podtekst erotyczny, a teledyski wykonawców muzyki pop są często tak naładowane wulgarnymi podtekstami seksualnymi, że ich oglądanie wywołuje poczucie wstydu. Szokujące bywają też zachowania młodych ludzi. Trzeba jednak pamiętać, że dla nich jest to jedyna rzeczywistość, jaką znają i w której w ten czy inny sposób usiłują sobie radzić. Zdarza się, że skutki zachowań „zseksualizowanej” młodzieży są tragiczne. I tu właśnie jest miejsce dla osób dorosłych do, przede wszystkim, dawania wsparcia, ale również interwencji w sytuacjach tego wymagających. Wydaje się jednak, że dorośli niekoniecznie za tym wszystkim nadążają, stąd potrzeba wielokierunkowej edukacji w tym zakresie. Nie znaczy to, że polska młodzież jest całkowicie zepsuta i że ryzykowne zachowania seksualne są powszechne, daleko nam jeszcze w tym zakresie do społeczeństw zachodnich, niemniej jednak zglobalizowana kultura masowa cały czas nas w tym kierunku „ciągnie”.

### Zseksualizowana popkultura

Seksualizacja dzieciństwa jest tematem, który zdaje się być bardzo interesujący, jednak w Polsce cały czas jest bardziej medialny niż zbadany. Seks współcześnie jest wszechobecny, stał się towarem łatwo dostępnym i to bez względu na wiek. Przekonujemy się dziś, że seksualność może być wykorzystana komercyjnie,

handlowo – i nie mówię tu tylko o przemyśle pornograficznym, ale raczej o seksualizacji, która wdziera się do każdego filmu, zakątka Internetu, do gazety, reklam. Mamy do czynienia z komercjalizacją i erotyzacją kultury masowej, co przekłada się na życie codzienne<sup>1</sup>. Oczywiście jest dziś stwierdzenie, że kultura masowa uniformizuje świat i wszystkie trendy z Zachodu są coraz bardziej widoczne także w Polsce. Zbigniew Lew-Starowicz pisze: „Seks stał się codziennym, niejako zwyczajnym tematem kultury masowej. Uległ obnażeniu i wiwisekcji. Coraz mniej w nim tajemnic. Rozważania na temat orgazmu można znaleźć w gazetach poruszając się od Kanady, kończąc na Australii. Nagość ciała oraz fizjologia seksualna jest także na okładkach czasopism. Ujawnianie swych przeżyć intymnych na pograniczu ekshibicjonizmu stanowi codzienność w wywiadach”<sup>2</sup>.

Biologiczne dojrzewanie młodzieży w naturalny sposób skupia uwagę jednostki na sobie i swojej cielesności, w tym seksualności<sup>3</sup>. Społeczeństwo oczywiście dostarcza norm w tym zakresie i narzuca tu mechanizmy kontroli. Jednak kultura masowa skwapliwie wykorzystuje fakt naturalnego zainteresowania się swoim ciałem w trakcie dojrzewania – po to, by czerpać z tego zyski. Trzeba pamiętać, że producenci różnego rodzaju dóbr zabiegają o względy młodych konsumentów. Już dzieci mają duży wpływ na decyzje konsumenckie swoich rodziców, a nastolatki często już mają pewne (czasem wcale niemałe) sumy pieniędzy, które mogą przeznaczać na konsumpcję. Wieloletni badacz polskiej młodzieży Jacek Kurzępa wskazuje, że dokonywanie wyborów przez młodych ludzi dziś nie jest niezakłócone, bo młodzież jest kategorią, która jest szczególnie cenna dla producentów różnego typu produktów: „dziecko (nawet jeśli ma 17 lat) staje się obiektem podboju. Starają się nim zawładnąć kreatorzy mody, twórcy muzyki, filmu”<sup>4</sup>. Wydłużenie procesu edukacji sprawiło, że oznaką dorosłości nie jest oddzielenie się od rodziców (np. samodzielność finansowa) – stąd pojawiło się zjawisko mody młodzieżowej, która daje poczucie niezależności, mimo rzeczywistej zależności od rodziców i dorosłych w ogóle<sup>5</sup>.

Kultura masowa pokazuje ogromną wielość norm przedstawianych jako równoprawne, wśród których trzeba wybierać. Stałość norm nie jest tak zyskowna, lepszy dla zysku jest skrajny relatywizm. Sfera cielesności jest więc poddana konsumeryzmowi. Powszechnie promuje się „wolność w cielesności”, a przekaz

<sup>1</sup> WÓJTEWICZ A., STADNIK K., *Anielice czy diablice? Dziewczęta w szponach seksualizacji i agresji w perspektywie socjologicznej*, Warszawa, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2009, s. 21.

<sup>2</sup> Cyt. za: tamże.

<sup>3</sup> KURZĘPA J., *Młodzi, piękne i niedrozy... Młodość w objęciach seksbiznesu*, Kraków, Rubikon, 2012, s. 23.

<sup>4</sup> Tenże, *Zagrożona niewinność. Zakłócenia rozwoju seksualności współczesnej młodzieży*, Kraków, Impuls, 2007, s. 10.

<sup>5</sup> JACYNO M., *Kultura indywidualizmu*, Warszawa, PWN, 2007, s. 75.

ten jest niezwykle atrakcyjny. Konsumpcjonizm podważa normy moralne, które w końcu mogą być niewygodne. Funkcjonujemy w ramach kultury obnażania, a widać to w polityce reklamowej, w której cielesność i dwuznaczność dobrze się sprzedają<sup>6</sup>.

Konsumpcjonizm związany jest również z faktem, że coraz więcej nastolatków (i nastolatków) świadczy usługi seksualne za pieniądze. Klasyczna prostytutka oraz specyficzna forma prostytutki – sponsoring zaczęły wkraczać do środowisk do tej pory z nią niekojarzonych. Dodatkowo motywemprostituowania się często nie jest bieda, ale chęć zarobienia na bardziej luksusowe dobra. Czasem też przyczyny nie są ekonomiczne – jest to np. żądza nowych wrażeń. Jest to bardzo niepokojące zjawisko, o którym warto wspomnieć, jest jednak tylko wycinkiem całego fenomenu zseksualizowanej kultury. Bardziej istotne wydają się jednak może mniej medialne i szokujące zjawiska, które stanowią zagrożenie dla dużej części nastolatków.

Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne (American Psychological Association) opisuje seksualizację jako zjawisko, w którym wartość danej osoby jest oceniana na podstawie jej atrakcyjności seksualnej, czyli kiedy jej wartość określana jest tylko na podstawie zachowań o charakterze seksualnym przez nią prezentowanych z wyłączeniem innych cech. Z seksualizacją mamy do czynienia również, gdy jednostki przyjmują, że atrakcyjność fizyczna jest równoznaczna z byciem seksownym. Można więc powiedzieć, że mamy do czynienia z uprzedmiotowieniem jednostki przez otoczenie lub nią samą<sup>7</sup>. Wydaje się, że właśnie takie uprzedmiotowienie staje się coraz bardziej powszechne, a w związku z tym, że nie jest tak jaskrawe medialnie, to jest: pomijane w dyskursie publicznym, który zwraca uwagę tylko na takie właśnie jaskrawe przypadki negatywnych zachowań jak prostytutka nieletnich.

Warto też zaznaczyć, że sfera seksualizacji życia codziennego jest często sferą, o której często nie chcemy mówić, wstydzimy się o niej rozmawiać z naszymi uczniami, dziećmi. Czasem nie mamy świadomości, w jakiej tak naprawdę rzeczywistości się oni poruszają, czasem nie nadążamy, a czasem widzieć nie chcemy.

Jeśli nie chcemy natomiast pozostawać na to obojętnymi i chcemy mieć wpływ na wartości młodych ludzi, to dobrze byłoby zacząć od choćby skrótego samodzielnego rozpoznania zjawiska. Przede wszystkim warto być świadomym tego, jak współcześnie wygląda kultura młodzieżowa, co dla młodych jest inspirujące, ciekawe, co ich pociąga. Życie w odgródzeniu się od tej sfery odgradza nas od ich uczuć, motywacji, zainteresowań. Dobrze byłoby, gdyby każda osoba, która dzieci ma lub z młodzieżą pracuje, śledziła choć w pewnym stopniu kulturę popularną.

<sup>6</sup> KURZĘPA J., *Młodzi, piękne i niedrodzy...*, s. 54.

<sup>7</sup> WÓJTEWICZ A., STADNIK K., dz. cyt., s. 23.

Może być to trudne z powodu jej ogromu, wielowątkowości, czasem jednak warto zdobyć się na obejrzenie odcinka serialu, programu telewizyjnego, który jest aktualnie popularny, teledysków wykonawców, których młodzież słucha, przejrzeć strony internetowe na facebooku, które są często wspominane. To, co młody człowiek nam opowiada, może być opisem tylko części prawdy. Przykładem może być niezwykle popularny (nie tylko w Polsce zresztą) serial „Gra o tron”. Serial jest bardzo dobrze wyprodukowany, ma wciągającą, wartką akcję. Opisuje realia fantastycznego świata, który porównać można w sensie politycznym do naszego średniowiecza. Jeśli jednak wiemy o nim tylko tyle, że opisuje grę o władzę i że występują w nim smoki, to jest to mało. Uznano bowiem, że współcześnie prawie każdy serial jest niepełny, jeśli nie występuje w nim seks. W każdym odcinku tego serialu mamy do czynienia ze scenami seksu, w których nic ukryte nie jest i mogłyby śmiało znaleźć się w filmie z kategorii *soft porno*. Nie są to tylko kilkusekundowe przerywniki, ale kilkuminutowe sekwencje. „Czysta krew”, „Spartakus”, „Outlander”, „Californication” to inne tytuły, o których można powiedzieć to samo. Często też sceny seksu wiążą się tu z przemocą.

Innym wartym opisania przypadkiem jest casus kanału telewizyjnego MTV. Stacja ta, niegdyś muzyczna (litera „M” w skrócie nazwy pochodzi od słowa „muzyka” – *music*), w tej chwili zdominowana jest przez wątpliwej jakości programy, które w gruncie rzeczy promują rozwiązłość seksualną – częste zmiany partnerów, ocenianie tylko przez pryzmat wyglądu, a wręcz promiskuityzm seksualny. Przykładem może być wzorowany na zagranicznych odpowiednikach program „Warsaw Shore”, w którym conocne wymienianie partnerów seksualnych prezentuje się jako element dobrej zabawy.

Pozostaje jeszcze Internet, a w nim choćby media społecznościowe poddane specyficznym regułom, w których popularność i jej zdobywanie różnymi sposobami staje się bardzo ważna. Ponadto dostęp do pornografii dzięki Internetowi jest praktycznie Nielimitowany. Z badań wynika, że 70–80% polskich dzieci w wieku od 12 do 17 lat napotyka w Internecie materiały pornograficzne (50% chłopców i 28% dziewcząt trafia na takie materiały często)<sup>8</sup>

Wszystko to wiąże się z uprzedmiotowieniem ciała i relacji seksualnych. Chciałabym zwrócić uwagę na jeden element, który przejawia się w sferze semantycznej. Jest to określenie „dupa” (czasem „dupeczka”) używane do nazwania dziewczyny lub kobiety. Można powiedzieć: „dupy idą”, „moja dupa” (jako określenie swojej dziewczyny), „niezła dupa” (fajna dziewczyna). Zdaje się wręcz, że to miano przestaje razić. Czasem nawet same dziewczyny nazywane w ten sposób

<sup>8</sup> CHMURA-RUTKOWSKA I., *Przemoc rówieśnicza w gimnazjum a pleć. Kontekst społeczno-kulturowy*, „Forum Oświatowe”, 2012, nr 1(46), s. 48, [http://webserwer1.netserwer.pl/~wkuzitowicz/wp-content/uploads/2014/02/Chmura\\_Rutkowska-PRZEMOC-W-SZKOLE-A-P%C5%81E%C4%86-FORUM-OSWIATOWE.pdf](http://webserwer1.netserwer.pl/~wkuzitowicz/wp-content/uploads/2014/02/Chmura_Rutkowska-PRZEMOC-W-SZKOLE-A-P%C5%81E%C4%86-FORUM-OSWIATOWE.pdf) [dostęp: 25.09.2016].



są z tego zadowolone, ponieważ czują, że jest to dla nich swoisty komplement. Przyzwyczajeni do takiego określenia przestajemy na nie zwracać uwagę, ale jeśli pomyśleć poświęci się choć chwilę na jego przemyślenie, to zaczynamy rozumieć, jak uwłaczającym ono jest, jak bardzo uprzedmiotawia kobietę, jak bardzo sprwadza ją wyłącznie do jej cielesności, a wręcz tylko do wycinka jej cielesności związanego z seksem.

Zwrócenie uwagi na kształt kultury popularnej ma głęboki sens, bo daje nam podłoże, dzięki któremu jesteśmy w stanie dopiero w pełni zrozumieć zachowania młodzieży, bez zbędnych generalizacji. Należy więc zwrócić uwagę na kształt kultury masowej i takie zjawisko jak przenikanie „pornosfery” do kultury popularnej.

### **Młodzież i tożsamość – ciało jako obiekt pokazywania własnej tożsamości**

Warto podkreślić, że sfery seksualności nie można analizować w oderwaniu od zagadnienia cielesności w ogóle. I tu tkwi sedno problemu. Seksualizacja stanowi tylko część szerszego zjawiska związanego z cielesnością. Cielesność ta jest współcześnie kształtowana przez ludzi w taki sposób, by wyrażać ich tożsamość. Ciało staje się „wyrazicielem” tego, kim jesteśmy i chcemy być. Na przykład poprzez nasz wygląd chcemy wyrazić siebie, naszą indywidualność, często zainteresowania, przynależność do określonej grupy.

Tożsamość to inaczej samoświadomość jednostki. Tożsamość indywidualna obejmuje elementy przypisane, takie jak cechy biologiczne (kolor skóry, włosów, oczu, cechy płciowe, wzrost), także nazwisko, wyznanie, przynależność kulturową, majątek, pozycję w grupie. Na podłożu tych cech kształtuje się tożsamość kulturowa, identyfikacja z podstawową grupą odniesienia<sup>9</sup>.

Tożsamość jest silnie zależna od jednostki – bardziej niż kiedyś, ponieważ istnieje coraz więcej czynników, na które mamy wpływ i mamy coraz więcej możliwości wyborów (stylu życia, światopoglądu, religii itp.). Jednostki więc czynnie ją konstruują. Indywidualne kreowanie własnej tożsamości jest współcześnie szczególnie ważne, ponieważ w społeczeństwie pojawił się, nieobecny do niedawna, duży nacisk na indywidualność. Dziś każdy jest postrzegany jako wyjątkowy i specyficzny. Istnieje silny nacisk na autentyczność i samorealizację<sup>10</sup>, co wydaje się być szczególnie istotne w przypadku młodzieży.

---

<sup>9</sup> PALECZNY T., *Socjologia tożsamości*, Kraków, Oficyna Wydawnicza AFM, 2008, s. 19, 31.

<sup>10</sup> GIDDENS A., *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa, PWN, 2010, s. 107, 112.

Można powiedzieć, że taka tendencja jest dobra dla człowieka, ponieważ wspomaga jednostkowy rozwój, daje możliwość rozwijania własnych zainteresowań, pasji. Jednocześnie jednak dla wielu to bardzo trudne zadanie – ludzie gubią się w możliwościach wyboru, brakuje im oparcia w autorytetach, co powoduje swoisty zamęt tożsamościowy. Najbardziej jest to widoczne właśnie w kontekście młodzieży. Twierdzić można nawet, że ponowoczesność narzuciła nam nowe obowiązki: bycia szczęśliwym, pełnym życia, dynamicznym, zdrowym i młodym. Często osoby niespełniające tych kryteriów postrzegane są jako te, które o sobie nie dbają, np. osoba nieosiągająca sukcesów podejrzewana jest o brak silnej woli i lenistwo. W Internecie mamy mnóstwo stron, które przekazują nam rady dotyczące osiągnięcia szczęścia, na przykład za pomocą diet, trenowania psychiki, oczyszczania. Promowany hedonizm i „cieszenie się życiem” mogą więc mieć represyjny charakter<sup>11</sup>. Tak naprawdę współlistnieją obecnie dwa trendy – nawoływanie do akceptacji siebie takim, jakim się jest, a jednocześnie do ciągłej pracy nad sobą. Są one częściowo sprzeczne, co odciska „piętno” na zachowaniach *młodzieży*. Taka sytuacja może być szczególnie trudna dla młodych ludzi, których tożsamość jest w fazie intensywnych przemian.

Oznacza to, że za budowanie tożsamości we współczesnym świecie każdy jest sam odpowiedzialny. Nie jesteśmy tym, czym jesteśmy po prostu, ale tym, co sami z siebie zrobimy. Dotyczy to szczególnie młodych ludzi. W wyzwaniu tym często nie pomagają dorośli, ponieważ wycofują się, uważając, że dają młodzieży wolność wyboru. Często jednak tak naprawdę pozostawiają młodych ludzi w chaosie. W końcu odpowiedź na pytanie „kim jestem” i „jaki jestem” to dla młodego człowieka ogromne wyzwanie, a zadania tego w żaden sposób nie ułatwia olbrzymia ilość wyborów, z którymi ma do czynienia. Coraz więcej jest przestrzeni, w której możemy być wolni, ale jednocześnie rozrastają się obszary, w których decyzję podjąć jest niezwykle trudno.

Problem stanowi tu także kwestia braku obecności tradycyjnych autorytetów. Cechą tradycyjnych jest to, że dają gotowe rozwiązania. W ten sposób człowiek otrzymuje jasne wytyczne dotyczące postępowania, na przykład w sferze seksualnej. Zdejmuje to z człowieka obowiązek zastanawiania się nad każdą sytuacją. Ma to swoje dobre i złe strony – dobre, bo jesteśmy bardziej otwarci na inność, a złe, ponieważ w sytuacji gdy brakuje niepodważalnych autorytetów, a więcej jest źródeł pretendujących do bycia autorytetem, podejmowanie wyborów jest utrudnione<sup>12</sup>. Kwestia obecności autorytetów w życiu młodzieży jest problemem często badanym przez pedagogów i szeroko komentowanym przez opinię publiczną. Warto zwrócić uwagę, że przy zwulgaryzowanej popkulturze skierowanej do młodych ludzi tak wielka ilość wyborów może dawać młodym ludziom złudne poczucie

<sup>11</sup> JACYNO M., dz. cyt., s. 7, 8, 15, 23, 35.

<sup>12</sup> GIDDENS A., dz. cyt., s. 118, 192, 260.

samodzielności i nieograniczonych możliwości. Wszystko to wpływa na nakierowanie się wsobnie, „na siebie”, co również często wiąże się z niezrozumieniem potrzeb innych i egoizmem. Anthony Giddens nazywa to narcyzmem kulturowym<sup>13</sup>.

Ale czy powinniśmy się młodym ludziom dziwić? Zewsząd kierowany jest do nich przekaz – jesteś wyjątkowy, sięgaj, po co chcesz, możesz wszystko. Powoduje to złudne poczucie możliwości zdobycia wszystkiego tylko dzięki chęciom i wierze – bez pracy! Ma to też odniesienie do seksualności. Ludzie zaczynają dbać przede wszystkim o własną satysfakcję, pojawia się konsumpcyjny seks, niebezpieczne eksperymentowanie, ponieważ panuje przekonanie, że należy spróbować wszystkiego.

Tożsamość ma bezpośredni związek z ciałem i seksualnością. Kiedyś ciało było traktowane jako niezmiennie, co oznaczało, że jednostka miała niewielki wpływ na jego funkcjonowanie. Współcześnie jest traktowane jako przedsięwzięcie, które ma być zmieniane zgodnie ze zmieniającą się koncepcją siebie. Ludzie poświęcają się „idealnemu” ja, poddając się różnym, często długotrwałym, żmudnym i bolesnym procedurom, które mają „oczyścić” ciało z tłuszczu czy toksyn<sup>14</sup>. Ciało postrzegane jest jako efekt wyboru jednostki, ma świadczyć o tym, jaką jednostka jest, jaką ma osobowość i charakter. Osoby nad ciałem niepracujące są postrzegane jako te, którym się nie powiodło. W społeczeństwie polskim ciągle ścierają się dwie tendencje – kult ciała (młodości, wyglądu) oraz przekonanie o niższej randze ciała, o tym, że jest ono czymś nieistotnym czy grzesznym. To powoduje dylematy tożsamościowe, na które bardziej narażeni są ludzie młodzi.

Opisywany trend niesie za sobą szanse i zagrożenia. W sytuacji jednak, kiedy tradycyjne autorytety zawodzą, a kultura popularna staje się coraz ważniejsza, ta tendencja może stać się dla młodych ludzi zagrożeniem skutkującym zachowaniami niebezpiecznymi. Skoro tożsamość w znacznej mierze jest budowana na bazie naszego wyglądu, ciała, można wręcz twierdzić, że następuje zredukowanie tożsamości do cielesności. Nie służy to podmiotowemu postrzeganiu człowieka, ale czyni ciało przedmiotem<sup>15</sup>. Często dochodzi do deprecjonowania wartości człowieka jako takiego, jego cech intelektu czy osobowości.

Tożsamość jednostki staje się coraz bardziej „zseksualizowana”, jednostka kieruje się coraz bardziej popędami i uznaje, że jej cielesność odzwierciedla jej osobowość. Zaczyna ignorować oczekiwania społeczne, eksperymentuje, sama definiuje swoją moralność. Życie erotyczne przedstawiane jest w kulturze popularnej jako konieczne przy rodzeniu się uczucia. Przekaz ten wskazuje, że seks nie jest niczym, na co trzeba długo czekać. Brakuje za to pokazywania odpowiedzialności

<sup>13</sup> Tamże, s. 229.

<sup>14</sup> SHILLING C., *Socjologia ciała*, Warszawa, PWN, 2010, s. 226–230.

<sup>15</sup> SARNIŃSKA-GÓRECKA M., *Ciało jako ontyczny fundament podmiotowości*, Toruń, Adam Marszałek, 2012, s. 65.

za konsekwencje seksu, niekoniecznie tylko prokreacyjne. W tej kwestii obyczajowość dorosłych nie nadąża za gotowością młodych do dysponowania ciałem<sup>16</sup>.

Wśród młodzieży widoczne jest też duże przyzwolenie na dowolne zarządzanie swoim ciałem. Z jednej strony widoczna jest tolerancja dla inności – co może być pozytywne, z drugiej strony można się zastanawiać, czy nie jest to postawa bliska permissywizmowi. Młodzi ludzie często bowiem uważają, że to, co ich rówieśnicy „robią” ze swoim ciałem, to ich prywatna sprawa, nawet jeśli stanowi to zachowanie ryzykowne (przygodny seks, używanie narkotyków) – więc nie należy tego oceniać negatywnie. Dodatkowo oswojenie się z treściami związanymi z erotyką zmienia wrażliwość i przesuną biegun przyzwolenia na różnego typu zachowania seksualne<sup>17</sup>. Jak pisze Kurzępa: „Tym samym młodzi jakby zostawiają pustą przestrzeń nieingerencji, braku komentarza, niedziwienia się czemukolwiek zarówno w zachowaniach *rówieśników, jak i własnych*”<sup>18</sup>. Jest to kolejna przestrzeń, w której konieczne wydają się działania edukacyjne i uświadamianie młodym ludziom, że pewnych zachowań nie należy pomijać milczeniem czy obojętnością.

Skupienie się na cielesności przynosi nie tylko negatywne efekty. Do pozytywnych można zaliczyć troskę o zdrowie, prawidłową dietę, dla wielu młodych istotne są osiągnięcia sportowe. I tu właśnie jest pole do popisu dla społeczników i pedagogów, aby takie właśnie tendencje wzmacniać, kanalizować w odpowiedni sposób zachowania młodych ludzi.

### **Dziewczęta i chłopcy – nie są tacy sami!**

Tytuł tego podrozdziału to zasadniczo truizm, okazuje się jednak, że w sytuacji, kiedy omawiane są negatywne czy zagrażające sytuacje szkolne, to większa część badaczy pomija fakt odmiennego zachowania się chłopców i dziewcząt. Wśród nauczycieli, a także teoretyków edukacji panuje często fałszywe przekonanie, że płeć nie ma wpływu na to, co dzieje się w szkole. W rzeczywistości jednak nauczyciele bardzo często wchodzą do szkół z ukrytymi przekonaniem dotyczącymi płci. Nauczycielki i nauczyciele już w przedszkolach często używają kategorii płci do dyscyplinowania uczniów i stosują podwójne standardy w ocenianiu zachowań dziewcząt i chłopców. Z badań wynika, że mocne strony dziewcząt mają pozorną wartość w oczach polskich nauczycielek. Mimo że zdaniem większości z dziewczynkami pracuje się „łatwiej”, to są też one mniej twórcze. A przecież takie cechy jak: pilność, zdyscyplinowanie, grzeczność, pracowitość, to takie, do których dziewczynki są socjalizowane. Zdaniem polskich nauczycielek przeszko-

---

<sup>16</sup> KURZĘPA J., *Młodzi, piękne i niedrozy...*, s. 55–67.

<sup>17</sup> KURZĘPA J., *Zagrożona niewinność...*, s. 71–72.

<sup>18</sup> Tamże, s. 154.

dą dla osiągnięć szkolnych jest dojrzewanie płciowe dziewcząt. Jednocześnie nie zauważają one wpływu dojrzewania na zachowania antyspołeczne chłopców<sup>19</sup>. Jest to obszar, nad którym warto byłoby w szkołach popracować.

Jednym z przejawów seksualizacji jest przemoc i dyskryminacja ze względu na płeć. Badania potwierdzają, że jest powszechna i występuje we wszystkich szkołach. Problem dotyczy obu płci, ale w dotkliwych formach chodzi głównie o przemoc chłopców wobec dziewcząt, jak i innych chłopców. Przykłady takich zachowań to: podglądanie w szatni, łazience, chowanie ubrań, robienie zdjęć i upublicznianie ich w Internecie; gwizdy, cmoknięcia; używanie wulgarnych określeń odnoszących się do seksualności; wygłaszanie publicznie komentarzy na temat ciała; czynienie seksualnych aluzji, seksualne gesty; zadzieranie spódnicy, szarpanie ramiączek, biustonosza; wysyłanie nieprzyzwoitych SMS-ów, pokazywanie zdjęć czy rysunków o seksualnym charakterze, oglądanie w obecności innych pornografii; rozpowszechnianie szkodliwych kłamstw na temat czyjegoś zachowania, intymnych relacji z chłopakiem / dziewczyną, poniżające plotki; napaść na tle seksualnym (ściągnięcie ubrania, symulowanie czynności seksualnych); obnażanie się w obecności innych; „przypadkowe” dotknięcia intymnych części ciała; naruszanie przestrzeni osobistej przez niepożądane dotknięcia, klepanie, szczypanie, napieranie, ocieranie; umieszczanie na ścianach szatni i łazienek wulgarnych napisów i rysunków o podtekście seksualnym. Czasem wydaje się, że takie zachowania są nieuniknione, warto byłoby jednak od podstaw pracować z uczniami tak, by się nie pojawiały.

Dziewczęta bardziej określają siebie przez relacje z innymi, chłopcy przez swoje kompetencje i wiedzę. Oczywiście są różnice w rozwoju – dziewczęta szybciej uzyskują dojrzałość w różnych wymiarach (średnio wyprzedzają chłopców o około dwa lata). Powoduje to, że dziewczęta już na etapie wczesnej adolescencji cenią relacje i przejawiają dbałość o innych, a u chłopców w tym samym czasie dominuje nastawienie na realizację własnego interesu<sup>20</sup>. Iwona Chmura-Rutkowska, która badała dyskryminację ze względu na płeć w szkołach, pisze: „Dziewczyny ze wszystkich stron dostają przekaz, że ciało i wygląd mają większe znaczenie niż to, co wiedzą, czują, myślą, niż ich umiejętności i poczucie humoru. Chcąc więc podnieść swoją wartość w oczach rówieśników, podkreślają atuty, które w tej kulturze są szczególnie cenione. Ubierając się „seksownie”, chcą wyglądać „kobieco” – ale nie chcą być nazywane „dziwkami”. A to właśnie spotyka je w szkole”<sup>21</sup>.

<sup>19</sup> CHMURA-RUTKOWSKA I., *Przemoc rówieśnicza w gimnazjum...*, s. 59–60.

<sup>20</sup> Tamże, s. 52–54.

<sup>21</sup> CHMURA-RUTKOWSKA I., *Pedagog badała przemoc w gimnazjach: Dzieciństwo kończy się wcześniej. Już w piątej klasie na dziewczynkę mówią „dziwka”* (wywiad prowadziła Justyna Sucheccka), *Gazeta Wyborcza*, 24.02.2014, [http://wyborcza.pl/1,76842,15514545,Pedagog\\_badala\\_przemoc\\_w\\_gimnazjach\\_\\_Dziecinstwo\\_konczy.html?disableRedirects=true](http://wyborcza.pl/1,76842,15514545,Pedagog_badala_przemoc_w_gimnazjach__Dziecinstwo_konczy.html?disableRedirects=true) [dostęp: 25.09.2016].

Celem moim nie jest tu stygmatyzowanie chłopców lub dziewcząt – tak naprawdę obie strony są tu ofiarami tego samego zjawiska. Skupię się teraz na pokazaniu obu stron tego obrazu, który często przez dorosłych jest niezrozumiany.

### Świat chłopców

Należy powiedzieć, że niezależnie od kraju, wieku uczniów i typu szkoły najbardziej agresywni uczniowie to głównie chłopcy. Wśród chłopców znajdujemy nie tylko wyższy odsetek sprawców, ale także większą częstotliwość popełniania wszystkich kategorii czynów przemocowych. Wyniki badań przeprowadzonych w polskich szkołach potwierdzają te zależności. Jak wspomniano wyżej, w Polsce tylko nieliczni badacze zauważają oczywisty fakt, że relacje między rówieśnikami w szkole są relacjami dziewcząt i chłopców, co analizując problemy szkoły i uczniów, należy wziąć pod uwagę<sup>22</sup>.

Mamy wręcz do czynienia z maskowaniem faktu maskulinizacji przemocy w szkołach. Chmura-Rutkowska pisze: „Nauczyciele, rodzice, naukowcy i inni komentatorzy problemu przemocy rówieśniczej, nawet gdy w konkretnej sytuacji sprawcami są wyłącznie chłopcy, mają tendencję do pisania o nich w sposób neutralny rodzajowo w stylu: «dzieci dręczą dzieci», «brutalni młodzi ludzie», «problemy z prawem dojrzewającej młodzieży», «przestępczość nieletnich»<sup>23</sup>. Tak samo różnice między dziewczynkami a chłopcami w częstości używania i podlegania różnym formom przemocy nie są brane pod uwagę przy projektowaniu prewencji pedagogicznej i psychologicznej w szkołach. Wrażliwość na różnice płci powinna funkcjonować w świadomości nauczycieli, uczniów i rodziców.

Dodatkowo przemoc chłopięcą jest często usprawiedliwiana – jako naturalna dla tej płci. Jednocześnie można powiedzieć o pojawianiu się sensacyjnych doniesień o rosnącej agresywności i brutalizacji dziewcząt. Mimo że dziewczęta zdecydowanie rzadziej są sprawczyniami czynów agresywnych, to oceniane są znacznie surowiej niż chłopcy. Chmura-Rutkowska pisze: „Jak zauważają badacze, silne negatywne emocje społeczne powoduje fakt, że dziewczynki dokonujące aktów przemocy, łamią równocześnie dwa stereotypy: grzecznego dziecka i miłej, słabej kobiety<sup>24</sup>”.

Rzeczywiście źródeł męskiej przemocy można szukać w biologii. Chodzi tu głównie o teorię męskiego hormonu – testosteronu oraz o socjobiologiczne teorie ewolucji. Warto jednak zaznaczyć, że socjalizacja i wychowanie w kulturze mają

---

<sup>22</sup> CHMURA-RUTKOWSKA I., *Przemoc rówieśnicza w gimnazjum...*, s. 42–44.

<sup>23</sup> Tamże, s. 44.

<sup>24</sup> Tamże, s. 44.

na nasze zachowania bardzo silny wpływ i to od naszego społeczeństwa zależy, czy uświadomimy chłopcom skutki ich zachowań.

W toku socjalizacji uczymy się odmiennych ze względu na płeć akceptowanych społecznie wzorów reagowania na frustrację czy niepowodzenia. Dziewczynki kształtowane są tak, by agresję tłumić lub ją maskować. Przekazuje się im również, że atrybutem kobiecości jest delikatność, nie docenia się ich sprawności czy szybkości. U chłopców podkreśla się odwagę, sprawność, szybkość, siłę. Daje im się też większy zakres swobody i z pewną pobłażliwością traktuje się ich skłonność do używania przemocy. Agresywne zachowania często traktowane są jako zwykła strategia chłopców w celu zwracania na siebie uwagi, zdobywania pozycji w grupie, zalecania się do dziewcząt. Uznaje się więc często, że takie zachowania za wręcz pożądane w chłopięcym rozwoju<sup>25</sup>.

### Świat dziewcząt

Dziewczęta spotykają się w szkole z określeniami typu: „dziwka”, „kurwa”, „suka”. Zauważyć należy, że wszystkie te miana mają podtekst seksualny. Używane są one powszechnie również przez same dziewczęta – czasem w postaci „złego”, a czasem „dobrego” dokuczania. Istotny jest tu kontekst, niekiedy określenie „dziwka” może mieć pozytywny wydźwięk, jeśli użyje go dobra koleżanka.

Chłopcy dla dziewcząt są swoistymi arbitrami. Duża część uwagi dziewcząt skupiona jest na tym, w jaki sposób odbierane są przez chłopców. Posiadanie chłopaka jest bardzo ważne – dowartościowuje. Pokazuje to, jak bardzo dziewczęta w swojej samoocenie zależne są od chłopców. Należy przy tym zaznaczyć, że chłopcy nie są tak skupieni na tym, co myślą o nich dziewczęta, jest to więc relacja jednostronna. Uwagi na temat wyglądu wygłaszane przez chłopców wobec dziewcząt są naturalnym elementem ich funkcjonowania. Zwykle są traktowane jako niegroźna chłopięca rozrywka, ale nawet jeśli dziewczętom się one nie podobają, to się nie przeciwstawiają traktowaniu ich w kategoriach „ciał”. Ta walka o atrakcyjność, popularność, chłopców, wysoką pozycję w klicie innych dziewcząt, troska o wygląd jest pewnego rodzaju konkursem<sup>26</sup>. Bardzo często dziewczęta biorą w nim udział, nawet jeśli są świadome jego mechanizmów i im się to nie podoba. Anna Wójte-wicz przeprowadziła ciekawe badania jakościowe, badając polskie nastolatki. Jedna z jej respondentek powiedziała: „Jest u nas taka mania w klasie, że chłopcy sprawdzają, czy dziewczyna ma stringi. Jeśli mam krótkie spodenki na w-f to czuję, że jak nie założę tych stringów, to będą mi gadali, że mam gacie i później będę miała przez cały dzień przerąbane u chłopaków, czyli wolę założyć te stringi dla świętego

---

<sup>25</sup> Tamże, s. 46–47.

<sup>26</sup> WÓJTEWICZ A., STADNIK K., dz. cyt., s. 71–78.

spokoju, żeby nic nie gadali<sup>27</sup>”. Oznacza to, że mimo niekoniecznie dla siebie komfortowej sytuacji dziewczęta biorą udział w tym „konkursie” choćby po to, by nie musieć spotykać się z negatywnymi skutkami braku takiego uczestnictwa.

Dziewczęta wiedzą też często, że lansowane wzory kobiecości są sztuczne i nie-realne, ale i tak się starają im dorównać<sup>28</sup>. Ulegają więc manipulacji mimo posiadanej wiedzy. Wiedzą na przykład, że prawdziwe kobiety nie wyglądają jak wyretuszowane modelki z gazet, ale mimo wszystko – chętnie lub mniej ochoczo – tej tyranii się poddają, starając się dorównać wyglądem modelkom.

Przekaz medialny uczy dziewczęta tego, żeby się podobać oraz co robić, żeby ten cel osiągnąć. Warto zauważyć, że istnieje pewna niekonsekwencja w pokazywaniu dziewcząt w kulturze masowej. Mamy do czynienia z pojawieniem się typu „lolitki” – dziewczyn z pozoru niewinnych, które jednak w zachowaniu (np. tekstach piosenek) odnoszą się do skojarzeń seksualnych. „Z obecnością dziewcząt toczących aktywną grę z własną seksualnością mamy do czynienia od końca lat 90. XX wieku, kiedy to na scenę muzyki pop wkroczyły gwiazdy pokroju Britney Spears czy Spice Girls. (...) Pytanie, czy proponowana przez nie estetyka to narzędzie kulturowej rewolty i fizycznego wyzwolenia, czy raczej niezmiernie pomysłowa pułapka?”<sup>29</sup> Kultura wymusza nienaturalne zachowania na dziewczętach, które mają być jednocześnie śmiałe i wstydlive, seksowne i skromne.

Wśród wielu dziewcząt powoduje to dylemat określany przez Wójtewicz jako „dylemat dziwki i szarej myszki.” Z jednej strony etykieta dziwki jest jedną z najgorszych, z drugiej strony szare myszki są „poza rozgrywką”, nie kwalifikują się do konkursu o popularność, chłopców. Czasem same nie chcą w nim uczestniczyć, niemniej jednak najczęściej sytuacja pozostawania poza „konkursem” powoduje u nich cierpienie. Trudno jest bowiem znaleźć tu samodzielną drogę, opartą na poczuciu własnej wartości. W takiej sytuacji groźba utraty dzieciństwa, dziecięcej niewinności jest dla najmłodszych realna. Możemy zauważyć pewnego rodzaju przeskok, skrócenie okresu dzieciństwa – już dwunastolatki stają się kobietami, mają dostęp do wielu elementów i przywilejów kobiecości (golenie nóg, makijaż, posiadanie partnera), z drugiej strony współcześnie założenie rodziny i prokreacja są odłożone na dużo później, co powoduje długotrwały stan zawieszenia, w którym nastolatki, a potem młodzi dorośli się znajdują<sup>30</sup>.

Anna Wójtewicz badała też sposób rozumienia kobiecości przez nastolatki. Okazuje się, że postrzeganie kobiecości przez jej respondentki łączy się z tzw. sty-

<sup>27</sup> Tamże, s. 72.

<sup>28</sup> Tamże, s. 73.

<sup>29</sup> Tamże, s. 13.

<sup>30</sup> Tamże, s. 13, 24, 78, 80, 89.



listyką MTV. To, co kobiece i seksowne, jest związane z wyglądem zewnętrznym. Drugi sposób rozumienia kobiecości kojarzy się z dorosłością – posiadaniem rodziny, obowiązkami, a jest to coś, czego respondentki się obawiają, ponieważ wiedzą, z jak wieloma obowiązkami się to wiąże u ich matek. Warto dodać, że przekłada się to na późniejsze dorosłe życie kobiet, które chcą być wiecznymi nastolatkami – i czują się niedowartościowane na przykład z powodu figury, która już nastoletnia nie jest.

Dziewczętom trudno jest odnaleźć tożsamość, bo trudno im odróżnić, co jest ekstremalne, a co typowe dla ich wieku i płci. Trzeba zauważyć, jak wielu przemianom została poddana nasza zwykła codzienność. Mamy do czynienia z tyranią szczupłych, rywalizacją o popularność, a rytuały dbania o urodę są żmudne, czasochłonne i kosztowne. Z kolei niesprostanie tak wyśrubowanym normom wywołuje niezadowolenie z siebie, frustrację<sup>31</sup>.

Przemoc często jest związana z nadużywaniem lub przekraczaniem pewnych granic. Dziewczęta niejednokrotnie nie potrafią odróżnić „końskich zalotów” od zagrożenia gwałtem lub z powodu wstydu nie przyznają się do bycia ofiarą. Dorosli natomiast wiele form przemocy ze strony chłopców bagatelizują, tłumacząc, że chłopak nie ma złych intencji, nazywając takie zachowania: „głupimi żartami”, „zaczepkami”, „końskimi zalotami”. Często też dziewczęta przekonuje się, że takie zachowania powinny traktować jako dowód atrakcyjności. Są to podwójne standardy oceniania zachowań chłopców i dziewcząt. Negatywne skutki odczuwane przez dziewczęta określa się jako nieistotne i niezamierzone przez sprawców. Podobne zachowania ze strony dziewcząt oceniane są jako wulgarne, aroganckie. Wielu chłopców nie ma świadomości, że robią coś złego. Przyzwalająca postawa dorosłych umacnia ich w przekonaniu, że zachowują się „normalnie”<sup>32</sup>.

Część badaczy uważa wręcz, że najważniejsza jest praca z chłopcami, którzy potrzebują krytycznego wglądu w konwencjonalne rozumienie męskości. Natomiast zarówno dziewczęta, jak i chłopcy potrzebują pomocy, by przeciwstawić się kulturowemu rozumieniu przemocy i reagowaniu na nią<sup>33</sup>.

### Seksualizacja – zagrożenia

Seksualizacja ma wiele negatywnych następstw. Są to między innymi zaburzenia odżywiania, niska samoocena, depresja. Samo uprzedmiotawianie związane z seksualizacją powoduje też zmniejszenie zdolności poznawczych (z tego wynikają gorsze osiągnięcia szkolne), a także zaburzenia rozwoju seksualnego – u do-

---

<sup>31</sup> Tamże, s. 65, 87.

<sup>32</sup> CHMURA-RUTKOWSKA I., *Przemoc rówieśnicza w gimnazjum...*, s. 58–61.

<sup>33</sup> Tamże, s. 65.

rosłych może to być zmniejszona asertywność w sferze seksu, poczucie wstydu z powodu nieatrakcyjności (niespełniania norm). Naraża to mężczyzn na poszukiwanie przedstawicieli płci pięknej odpowiadających nieistniejącemu ideałowi. Mają oni bowiem wizję kobiet ze sfery porno, które są zawsze zadbane, a dodatkowo chętne na seks, a tymczasem w prawdziwym życiu kobieta niekiedy wygląda gorzej, bo jest na przykład przeziębiona i chodzi w domu w rozciągniętym dresie. Na poziomie makrospołecznym zjawisko to przyczynia się do wzrostu zachowań seksistowskich i przemocy seksualnej<sup>34</sup>.

Należy zaznaczyć, że zachowania naprawdę ryzykowne, takie jak prostytutka nieletnich, to margines działań polskiej młodzieży. Takie zachowania z powodu ich „krzykliwości” często przysłaniają prawdziwy obraz młodzieży, która w większości w taki sposób się nie zachowuje: „młodzieży, która rozsądnie i sensownie przeżywa swoją młodość jest więcej niż tej, która w zamęcie tożsamościowym i biologicznym straciła respekt wobec norm i obyczajów”<sup>35</sup>. Trzeba być jednak świadomym zagrożeń, których rzeczywistość jest coraz więcej.

### SEN versus Bezpieczna szkoła

Jacek Kurzępa zbudował pojęcie strefy etycznej i/lub edukacyjnej nieobecności – SEN, pokazując słabość agend socjalizacyjnych. Mieszczą się tu zaniechania dorosłych, rodziny, szkoły i Kościoła. Zaniechania te zwykle nie są wynikiem złej woli, po prostu dorośli nie nadążają za zmianami rzeczywistości, a wycofują się często z powodu lęku czy niewiedzy<sup>36</sup>. Kurzępa odniósł się też do roli szkoły, która „w obawie przed zarzutem indoktrynacji dokonywanej na młodzieży porzuciła (zaniedbała) obszar edukacji moralnej”<sup>37</sup>. Kurzępa uważa, że zadaniem dorosłych, w tym szkoły, jest ochrona wyobraźni młodych ludzi przed: wulgarnością języka, kwestionowaniem tradycyjnych wartości, rodziny, lansowaniem obyczajowych odmienności i podkreśla, jak duże jest to wyzwanie wychowawcze.

Chmura-Rutkowska uważa, że zmianę należy zacząć od zmiany języka. Sądzi ona, że powinniśmy używać słów adekwatnych do tego, co się dzieje w szkole. W 2006 roku miało miejsce głośne samobójstwo czternastolatki z Gdańska, do którego doszło po seksualnym upokorzeniu przez kolegów z klasy. W mediach mogliśmy wówczas usłyszeć o zepsutej młodzieży, o roli rodziny i mediów w wychowaniu. Nie mówiono natomiast o tym, że była to przemoc, której podłożem

---

<sup>34</sup> WÓJTEWICZ A., STADNIK K., dz. cyt., s. 91–92.

<sup>35</sup> KURZĘPA J., *Młodzi, piękne i niedrogi...*, s. 31.

<sup>36</sup> Tamże, s. 225–227.

<sup>37</sup> Tamże, s. 40.

była seksualność. Sprawcami ataku byli tylko chłopcy, a dziewczęta nie szukały pomocy u dorosłych. Chmura-Rutkowska uważa, że to świadomość chłopców, ich wrażliwość społeczna odgrywa kluczową rolę w przeciwdziałaniu przemocy. Istnieje sporo programów dla dziewcząt, w których kładzie się nacisk na poczucie własnej wartości i umiejętność bronięcia granic, należałoby też zacząć pracować z chłopcami w programach im dedykowanych<sup>38</sup>.

Szkoła może być wspaniałym narzędziem zmiany społecznej. Nauka w niej trwa przecież kilka lat, po kilka godzin dziennie. W tym czasie możemy wpływać na uczniów – nie chodzi przecież tylko o godziny wychowawcze, ale całą postawę, którą całościowo przekazujemy. „W edukacji nie chodzi tylko o czytanie lektur i zapamiętywanie wzorów”<sup>39</sup>.

Stworzenie bezpiecznej szkoły powinno bazować przede wszystkim na zmianach wartości. Chmura-Rutkowska uważa, że należy wręcz zmienić definicję bezpiecznej szkoły: „Dzieciaki dzięki nowym technologiom przynoszą do szkoły cały świat, również ten brudny i zły. Żadne kamery ani identyfikatory nie zadziałają. Musimy zmienić definicję bezpiecznej szkoły. Bezpiecznie jest tam, gdzie ludzie się dobrze znają, ufają sobie i wiedzą, jak działać w razie zagrożenia”<sup>40</sup>.

## Podsumowanie

Pisząc o seksualizacji w kontekście działań, które podjąć można w szkole, aby zapewnić uczniom psychiczne i fizyczne bezpieczeństwo, można przedstawić pewne rekomendacje:

- Osoby pracujące z młodzieżą powinny mieć świadomość, jak wygląda rzeczywistość młodych, powinny starać się mieć wgląd w kulturę młodzieżową i poświęcić na to czas.
- Należy budować poczucie własnej wartości młodych ludzi na bazie cech charakteru i intelektu.
- Należy wzmacniać takie zachowania związane z cielesnością, które mogą być potencjalnie pozytywne (sport, zdrowe odżywianie).
- Nie należy sądzić, że nie mamy na młodzież wpływu; nie możemy uważać, że nie naszą rolą jest wychowanie – wchodzenie w SEN (strefę etycznej nieobecności) realnie szkodzi młodzieży.
- Nie należy stosować podwójnych standardów w ocenianiu zachowań dziewcząt i chłopców.

---

38 CHMURA-RUTKOWSKA I., *Pedagog badała przemoc...*

39 Tamże.

40 Tamże.

- Nie należy lekceważyć zachowań określanych jako „końskie zaloty”.
- Powinniśmy odbywać specjalne zajęcia dedykowane osobno dziewczętom i chłopcom związane z kształtowaniem poczucia własnej wartości, zrozumieniem potrzeb i zachowań drugiej płci.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- CHMURA-RUTKOWSKA I., *Przemoc rówieśnicza w gimnazjum a płęć. Kontekst społeczno-kulturowy*, „Forum Oświatowe”, 2012, nr 1(46), s. 41–73, [http://webserwer1.netserwer.pl/~wkuzitowicz/wp-content/uploads/2014/02/Chmura\\_Rutkowska-PRZEMOC-W-SZKOLE-A-P%C5%81E%C4%86-FORUM-OSWIATOWE.pdf](http://webserwer1.netserwer.pl/~wkuzitowicz/wp-content/uploads/2014/02/Chmura_Rutkowska-PRZEMOC-W-SZKOLE-A-P%C5%81E%C4%86-FORUM-OSWIATOWE.pdf) [dostęp: 25.09.2016].
- CHMURA-RUTKOWSKA I., *Pedagog badała przemoc w gimnazjach: Dzieciństwo kończy się wcześniej. Już w piątej klasie na dziewczynkę mówią „dziwka”* (wywiad prowadziła Justyna Suhecka), *Gazeta Wyborcza*, 24.02.2014, [http://wyborcza.pl/1,76842,15514545,Pedagog\\_badala\\_przemoc\\_w\\_gimnazjach\\_\\_Dziecinstwo\\_konczy.html?disableRedirects=true](http://wyborcza.pl/1,76842,15514545,Pedagog_badala_przemoc_w_gimnazjach__Dziecinstwo_konczy.html?disableRedirects=true) [dostęp: 25.09.2016].
- GIDDENS A., *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*, Warszawa, PWN, 2010.
- JACYNO M., *Kultura indywidualizmu*, Warszawa, PWN, 2007.
- KURZĘPA J., *Młodzi, piękne i niedrodzy. Młodość w objęciach seksbiznesu*, Kraków, Rubikon, 2012.
- KURZĘPA J., *Zagrożona niewinność. Zakłócenia rozwoju seksualności współczesnej młodzieży*, Kraków, Impuls, 2007.
- PALECZNY T., *Socjologia tożsamości*, Kraków, Oficyna Wydawnicza AFM, 2008.
- SHILLING C., *Socjologia ciała*, Warszawa, PWN, 2010.
- SARNIŃSKA-GÓRECKA M., *Ciało jako ontyczny fundament podmiotowości*, Toruń, Adam Marszałek, 2012.
- WÓJTEWICZ A., STADNIK K., *Anielice czy diablice? Dziewczęta w szponach seksualizacji i agresji w perspektywie socjologicznej*, Warszawa, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2009.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Seksualizacja popkultury i relacji międzyludzkich.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut

### 3. Cel główny:

- Zrozumienie zagrożeń związanych ze zjawiskiem seksualizacji.

### 4. Cele szczegółowe:

- Uczniowie wskażą przejawy seksualizacji widoczne w popkulturze.
- Uczniowie podadzą przykłady zachowań przemocowych, które są związane z różnicami płci, wymienią skutki tych zachowań dla ofiary, sprawcy i grupy.
- Uczniowie będą w stanie wczuć się w emocje płci przeciwnej w różnych sytuacjach szkolnych, związanych z cielesnością i seksualnością.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Pojęcie seksualizacji.
- Seksualizacja w popkulturze.
- Negatywne skutki seksualizacji.
- Różnice między płciami w wieku adolescencji.
- Przemoc ze względu na płeć.
- Skutki poprawnych relacji opartych na wzajemnym rozumieniu.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Wykład wprowadzający,
- „Burza mózgów”,
- Dyskusja i autorefleksja,
- Warsztaty – praca w grupach.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Prezentacja multimedialna do wykładu,
- Duże arkusze papieru, pisaki,
- Karteczki samoprzylepne.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Pojęcie seksualizacji
Metody realizacji	Wykład
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Prezentacja multimedialna
Czynności prowadzącego	Wyjaśnia pojęcie seksualizacji a także opisuje jej przyczyny
Czynności uczestników	Słuchają wykładu i notują to, co było dla nich nowością, a także to, co wykraczało poza ich rozumienie tego tematu
Uwagi realizacyjne	Wykład można poprzedzić zadaniem pytania, czym według uczniów jest seksualizacja i skonfrontować różne punkty widzenia, wypisując je na tablicy

Treści kształcenia	Seksualizacja w popkulturze
Metody realizacji	Burza mózgów
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Przygotowana przez nauczyciela plansza lub slajd
Czynności prowadzącego	Zapisuje pomysły zgłaszane przez uczniów na tablicy, kieruje nadawaniem rangi poszczególnym pomysłom
Czynności uczestników	Zgłaszają własne spostrzeżenia na temat przejawów seksualizacji w kulturze popularnej, szczególnie młodzieżowej
Uwagi realizacyjne	Po zakończeniu burzy mózgów nauczyciel pokazuje slajd z wyszczególnionymi obszarami popkultury

Treści kształcenia	Negatywne skutki seksualizacji
Metody realizacji	Dyskusja, praca w grupach
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Duże arkusze papieru
Czynności prowadzącego	Przekazuje instrukcje do wykonania zadania

Czynności uczestników	Dyskutują, zastanawiają się nad negatywnymi skutkami seksualizacji, dzieląc je na skutki dla młodzieży, nich samych jako przyszłych dorosłych, dla całego społeczeństwa
Uwagi realizacyjne	Po zakończeniu zadania nauczyciel systematyzuje zebrane refleksje

Treści kształcenia	Różnice między płciami w wieku adolescencji
Metody realizacji	Dyskusja i autorefleksja
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją, wzbudzając autorefleksję
Czynności uczestników	Dyskutują, zastanawiając się jakie są różnice między płciami i z czego wynikają. Określają, które elementy zachowania mogą być przykre dla płci przeciwnej
Uwagi realizacyjne	Nauczyciel zwraca uwagę na czynniki biologiczne, ale też społeczne, wynikające z socjalizacji

Treści kształcenia	Przemoc ze względu na płeć
Metody realizacji	Praca w zespołach – metoda symulacyjna
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Duże arkusze papieru, kartki samoprzylepne
Czynności prowadzącego	Dzieli klasę na dwa zespoły ze względu na płeć
Czynności uczestników	Wypisują zachowania, które są przemocą ze względu na płeć (kolorem oznaczają te, z którymi spotkali się). Następnie wypisują na karteczkach samoprzylepnych po 3 cechy sprawcy i ofiary przemocy. Przylepiają karteczki na arkusz dużego papieru, porządkując w zbiory
Uwagi realizacyjne	Jeśli grupy pracują wolniej można podzielić zadania. Jedna grupa przygotowuje zachowania przemocowe, druga cechy sprawców i ofiar

Treści kształcenia	Skutki poprawnych relacji opartych za wzajemnym zrozumieniu
Metody realizacji	Dyskusja, autorefleksja

Czas trwania	15 minut
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją uczniów
Czynności uczestników	Wymieniają przykłady zachowań, które nie są raniące i przykre dla płci przeciwnej
Uwagi realizacyjne	Warto podać przykłady konstruktywnych zachowań, które można zastosować w sytuacjach frustrujących

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć i autorefleksja
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją uczniów
Czynności uczestników	Podsumowują czego się nauczyli i jak ta wiedza może być wykorzystana w praktyce

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Obserwacja uczniów i ich wzajemnych relacji.
- Zadanie domowe, np. opisanie przykładów ze swojego życia, kiedy uczniowie czuli się szanowani jako dziewczyna/chłopiec.



Joanna Woźniak  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## NARKOMANIA JAKO PROBLEM WSPÓŁCZESNEJ MŁODZIEŻY

### Wprowadzenie

Młodość to czas poszukiwań, kształtowania się planów życiowych, opinii, jak również kwestionowania istniejących zasad. Często ma się wówczas trudności z nazwaniem tego, co jest ważne. Młodość jest też okresem, w którym poszukuje się swojej tożsamości, podważając niejednokrotnie uniwersalne zasady i wybierając pseudowartości. Młody człowiek podejmuje więc różne role, namiętnie podziwia znanych piosenkarzy czy aktorów, przez których szuka własnego „Ja”, ale nie zawsze je odnajduje.

Współczesny świat, wymagający bezwzględnego przystosowania do napięć, konfliktów, ciągłego wyścigu i walki o wszystko, której końcem ma być za wszelką cenę sukces, sprawia, że młody człowiek gubi się i nie zawsze potrafi odnaleźć w takim świecie. Wydaje mu się (albo czasem rzeczywiście tak jest), że nikt nie rozumie jego odczuć i potrzeb, że najbliższe otoczenie i środowisko nie akceptują go. Zazwyczaj wtedy podejmuje próby eksperymentowania z różnymi środkami odurzającymi, ucieka w świat uzależnień. Sięganie po różne używki przez młodego człowieka nie zawsze oznacza, że zidentyfikował się z danym schematem. Często demonstracyjnie przejawia on pewne zachowania, ale jest to tylko zewnętrzna gra. Czasem jednak tożsamość negatywna może stać się jedynym wyjściem dla człowieka, sposobem, aby się zrealizował.

Problemy związane ze zjawiskiem narkomanii stają się coraz bardziej widoczne w naszym życiu. Młodzież, która często nie ma świadomości zagrożenia, odurzaniem „stanowi sobie” sposób na życie. We współczesnych czasach środki odurzające mają coraz mniejsze znaczenie w medycynie, ale ich używanie stało się powszechne jak nigdy dotąd. Otaczający nas świat nabiera tempa, dookoła, gdzie się nie spojrzy – konkurencja, ludzie chcą być coraz lepsi, co powoduje u człowieka coraz trudniejsze do opanowania stresy. Bez względu na okoliczności coraz

więcej ludzi chce być docenianych, mieć poczucie szacunku u innych, za wszelką cenę chce osiągnąć stawiany przed nimi cel. Narkotyki stają się w tej sytuacji rozwiązaniem niemalże idealnym. W łatwy sposób można zmobilizować się do pracy, wyluzować, wyciszyć, ale również pobudzić i mieć energię do działania.

Narkotyzowanie staje się coraz większym problemem i dotyka coraz młodszych ludzi. Większość spróbuje tylko raz i na tym się kończy, niestety duża liczba osób na pierwszym razie nie poprzestaje, zwiększając dawki, co w konsekwencji doprowadza do uzależnienia.

Faktem jest, że narkotyki są zakazane, lecz z roku na rok są coraz bardziej rozpowszechniane i dostęp do nich stał się banalnie prosty. Nawet osoby, które nie zażywają substancji zakazanych, wiedzą, gdzie można takie środki zdobyć. Już powszechne się stało, że handlarzy narkotyków coraz częściej można spotkać w dyskotekach, pubach, wśród swoich znajomych, ale też niestety w szkołach. Nauczyciele zdają sobie z tego sprawę, lecz nic nie robią, żeby zniwelować to zjawisko, udają że nic nie widzą. Są zajęci swoją pracą, mają zbyt dużo materiału programowego i chcą jak najszybciej go przerobić. Teraz bardzo rzadko można spotkać prawdziwych pedagogów, którzy zainteresują się problemem ucznia, wysłuchają go, pomogą mu i będą starać się, aby podopieczny nie popadł w problemy. Również rodzice ponoszą dużą winę za to, że ich dzieci nie radzą sobie z problemami. Są zajęci pracą, całymi dniami nie ma ich w domu, nie mają czasu porozmawiać ze swoimi pociechami, przez co dziecko nie czuje wsparcia ze strony bliskich.

### **Narkomania – charakterystyka pojęcia**

Narkotyk jest substancją pochodzenia roślinnego, a w ostatnich latach coraz częściej syntetycznego, mogącą powodować uspokojenie, euforię, zniesienie bólu, odurzenie i głęboki sen. Różne substancje odurzające nazywamy narkotykami, choć są również wśród nich środki chemiczne szeroko stosowane w gospodarstwach domowych czy też leki wykorzystywane w medycynie. Wszystkie jednak powodują powstawanie uzależnienia. Zależność od tych substancji, podobnie jak uzależnienie od klasycznych narkotyków, nosi miano narkomanii. „Każde społeczeństwo ma własne środki odurzające. Ludzkość od zarania dziejów używała ich do zmieniania stanów świadomości, z gorliwością wyszukując wszelkie naturalnie występujące substancje, które można by wykorzystać, a tam, gdzie tylko było możliwe, zajmowano się ich uprawą. Każde miejsce na Ziemi zdolne do wyprodukowania środków odurzających zostało spożytkowane (...). Środki odurzające odgrywają ważną rolę w życiu nas wszystkich. Stosowanie ich jest zjawiskiem prawie uniwersalnym i w statystycznym ujęciu to osoba, która ich nie używa jest nienormalna (...). Reakcja emocjonalna tak częsta, kiedy tylko jest mowa o środkach odurzających i ich stosowaniu, jest nieusprawiedliwiona i stanowi poważną

przeszkodę dla naszych wysiłków zmierzających do zrozumienia tego problemu. Herbata i tytoń zawierają środki odurzające (tj. kofeinę i nikotynę). Alkohol jest środkiem odurzającym; heroina i kokaina są środkami odurzającymi. Wszystkie te substancje są środkami odurzającymi w tym samym znaczeniu tego pojęcia, choć słowniki są wyjątkowo nieprzydatne w dokładnym wyjaśnieniu tego znaczenia”<sup>1</sup>.

Przeważająca większość narkotyków powoduje rodzaj uzależnienia, objawiającego się chorobliwym, nieprzepartym pociąganiem organizmu do ich zażywania. Konieczność ta wynika na początku z oczekiwania przyjemnych efektów, później wiąże się z nadzieją uniknięcia przykrych objawów braku środka w organizmie. Stan powyższy nazywany jest zależnością psychiczną, a jej trwałość i nasilenie zależy od rodzaju osobowości, cechy stanowiącej tajemnicę dla jej właściciela. Ten rodzaj uzależnienia od narkotyków pojawia się w następstwie przyjmowania niemal wszystkich środków odurzających i pozostaje do końca życia. „Potrzeba narkotyku przychodzi i mija, przychodzi i mija, przychodzi i mija. Jest automatyczna, sterowana mechanizmem wewnętrznym. Może wyglądać, jakby uzależniony młody człowiek brał narkotyki pod wpływem wydarzeń zewnętrznych, i rzeczywiście często tak się dzieje. Ale pragnienie «haju» pojawia się niewywołane przez okoliczności zewnętrzne. Rządzi się ono własnymi prawami i może nie mieć związku z wydarzeniami i sytuacjami życiowymi”<sup>2</sup>. Najsilniejsze objawy występują przez około 10 lat od chwili przerwania ich przyjmowania. Dlatego określając skuteczność ośrodka odwykowego, należy brać pod uwagę pacjentów w nim wyleczonych, którzy poszczycić się mogą dziesięcioletnim stażem abstynenckim. Bardzo wielu, pomimo ogromnych wysiłków włożonych w zerwanie z narkotykami, po powrocie do swoich środowisk, ulega wpływom „przyjaciół” tkwiących w nałogu, którzy sami nie mają dość siły, by podjąć leczenie. „Człowiek pracujący z narkomanami musi być bardzo otwarty na własne błędy, gotowy do natychmiastowego przyznania się do nich i naprawienia ich. Znajduje się on pod ciągłą surową kontrolą młodzieży i nie może pozwolić sobie na jakąkolwiek ekstrawagancję czy fałszywy krok. Praca z tą młodzieżą należy do najtrudniejszych zadań stojących przed nami”<sup>3</sup>.

Prawdą jest, że istnieje możliwość zatrzymania rozwoju choroby, lecz trzeba poddać się leczeniu i długotrwałej rehabilitacji, chociaż w psychice chorego zależność od narkotyku pozostanie. To tak jak w alkoholizmie. Po skutecznej terapii

<sup>1</sup> GOSSOP M., *Narkomania. Mity i rzeczywistość*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 1993, s. 7–8.

<sup>2</sup> MAXWELL R., *Dzieci, alkohol, narkotyki*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2003, s. 15.

<sup>3</sup> KOTAŃSKI M., *Ty zaraziłeś Ich narkomanią*, Warszawa, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, 1984, s. 13.

alkoholik musi utrzymywać abstynencję i chociaż przez kilka lat nie pije, sam o sobie mówi: „jestem alkoholikiem”. Kiedy przekonany o tym, że już jest zdrowy, sięgnie po alkohol, wszystko zacznie się od nowa. Wracają ciągi picia, czyli powraca choroba. Uwolnić się od niej można tylko dzięki powtórzeniu kuracji od początku. „W narkomanii nie ma problemu nieuleczalności. Jest to termin ukuty z naszej bezradności i niewiedzy. Powinien on zniknąć ze słownictwa pojęć dotyczących tych ludzi, gdyż jest on jedynie wyrazem naszej niemożności i nie może być dla nas usprawiedliwieniem wobec ludzi oczekujących pomocy”<sup>4</sup>.

Dopiero w naszych czasach nadużywanie narkotyków stało się poważnym problemem zdrowotnym, lecz samo obcowanie człowieka z narkotykami sięga wielu tysięcy lat wstecz. Mity i legendy oraz materiały historyczne różnych narodów zawierają informacje, w których można dostrzec odwieczną potrzebę ucieczki co jakiś czas na drugą stronę realności, gdzie panuje miłość i dobroć.

Na przełomie dwudziestego wieku, wraz z postępem technologicznym i początkiem laboratoryjnej produkcji opium i kokainy, narkomania otrzymała nowe rozmiary – transport i handel międzynarodowy zmniejszyły odległości i naturalne bariery między narodami, a to sprzyjało szerzeniu się narkomanii. Obecnie jest to problem światowy. Narkomania jest zjawiskiem medyczno-socjalnym, rozwijającym się również w naszym kraju. Ta niebezpieczna epidemia zastała nas zupełnie nieprzygotowanymi. Całymi latami żyło się złudzeniem, że jest ona specyficznym produktem świata zachodniego i że u nas nie ma dla niej miejsca. Istota tej choroby i jej prawdziwe przyczyny nie były nam znane.

„Powiązania narkomanii są wielostronne i obejmują zarówno zdrowie człowieka, jak i jego sferę socjalną, ekonomiczną, prawną, etyczną i kulturalną. Wszystko dzieje się w trójkącie: człowiek – środowisko – narkotyk. Te trzy elementy znajdujące się we wzajemnym połączeniu i ciągłej interakcji, zmieniają się zależnie od szeregu czynników wewnętrznych i zewnętrznych. Jeśli w etiologii narkomanów dominują problemy natury osobistej i niewyleczone kompleksy, wtedy zażywanie narkotyków należy rozpatrywać w kategoriach indywidualnych psychopatologii. W przypadkach, kiedy czynniki środowiskowe ze wszystkimi obciążeniami staną się za trudne dla jednostki lub pewnej kategorii jednostek, formy chorobliwego zachowania trzeba rozpatrywać jako zjawisko socjopatologiczne i to z wielu powodów. W takich okolicznościach narkomania staje się reprezentantem ogólnej tendencji społecznej, a nie jest już tylko indywidualnym nieszczęśliwym przypadkiem”<sup>5</sup>.

Aby lepiej zrozumieć definicję narkomanii, wyjaśnię pojęcie uzależnienia psychicznego i fizycznego od narkotyków oraz niektóre związane z tym pojęcia.

---

<sup>4</sup> Ibidem, s. 12.

<sup>5</sup> PETROVIĆ S.P., *Narkotyki i człowiek*, Warszawa, Państwowe Wydawnictwo Iskry, 1988, s. 41-42.

Uzależnienie psychiczne bądź emocjonalne „jest formą stosunku między narkotykiem a jednostką, a jego intensywność zależy zarówno od specyficznego efektu narkotyku, jak i potrzeb jednostki, która ten narkotyk zaspokaja. Im pręcej narkotyk te potrzeby zaspokaja i wywołuje oczekiwany stan emocjonalny, tym bardziej niezwykła jest potrzeba jego zażywania”<sup>6</sup>. Jeśli uzależnienie jest rozwinięte, stan psychiczny człowieka zależy głównie od tego, czy narkotyk jest pod ręką. Staje się on niezbędny do normalnego funkcjonowania jednostki w życiu codziennym. W sytuacji, gdzie brakuje narkotyku w organizmie, jednostka cierpi i jest w stanie zrobić wszystko, aby zaspokoić swój głód narkotykowy. Brak środka odurzającego, którym człowiek się uzależnił psychicznie, może we wstrząsający sposób zmienić jego dotychczasowe życie. Potrzeba zażycia narkotyku jest tak silna, że uzależniony lekceważy rodzinę, przyjaciół, zaniedbuje swoje obowiązki, porzuca pracę i obraca się w towarzystwie innych narkomanów, skupiając swoje zainteresowania na zdobywaniu i zażywaniu narkotyku.

W uzależnieniu fizycznym występują silne zaburzenia fizjologiczne w przypadku odstawienia na jakiś czas narkotyku. „Intensywność uzależnienia fizycznego nie zawsze jest taka sama, wiąże się przede wszystkim z rodzajem narkotyku oraz osobowością zażywającego. Można by nawet powiedzieć, że indywidualna odczynowość jest ważniejsza od samego narkotyku, gdyż wiadomo, że ten sam narkotyk u różnych jednostek powoduje rozmaicie wyrażające się uzależnienie fizyczne lub u tej samej osoby wywołuj w różnych okolicznościach efekty o różnym natężeniu. W ten sposób uzależnienie fizyczne jest wskaźnikiem określającym natężenie uzależnienia jednostki na narkotyk”<sup>7</sup>. Uzależnienie fizyczne najczęściej objawia się poprzez wystąpienie syndromu braku, będącego objawem głodu substancji odurzającej, który został przyjęty do metabolizmu komórek zróżnicowanych. Syndrom braku narkotyku charakteryzuje się objawami natury fizycznej i psychicznej, specyficznych dla każdego rodzaju używki. Stan ten zanika po przyjęciu tego samego środka odurzającego lub substancji o podobnych efektach psychofarmakologicznych. Ryzyko uzależnienia od określonego narkotyku zależy głównie od psychiki człowieka, doświadczenia zażywającego używkę, ilości i częstotliwości jego zażywania oraz sposobu wprowadzania do organizmu (tzn. czy jest wstrzykiwany, wączany czy połykany).

Tolerancja „jest stanem adaptacyjnym odznaczającym się zmniejszoną odczynowością na tę samą ilość narkotyku lub potrzebą zwiększania dawek dla osiągnięcia efektu, jaki wcześniej był osiągany po mniejszej ilości tego samego narkotyku”<sup>8</sup>. W przypadku niektórych narkotyków, np. amfetaminy, opiatów, tolerancja powstaje bardzo szybko. Po pewnym okresie abstynencji od opiatów często

---

<sup>6</sup> Ibidem, s. 43.

<sup>7</sup> Ibidem.

<sup>8</sup> Ibidem, s. 44.

tolerancja zanika, co może być bardzo niebezpieczne dla opiomana po wyjściu ze szpitala. Nie wiedząc, że tolerancja zmniejszyła się lub zanikła, bierze opium w dawkach sprzed okresu leczenia, kiedy tolerancja była rozwinięta, co nierzadko kończy się zgonem.

M. Kotański uważa, że narkomania to określenie, które „przez dziesiątki lat kojarzyło się nam z najgorszymi sprawami gatunku ludzkiego, przyrównanie do zbrodni, zbroczeń i moralnego dna – jest naprawdę określeniem okrutnego w swej wymowie stanu duszy i ciała człowieka, który nie potrafi żyć we współczesnym świecie, wymagającym bezwzględnej przystosowania się do napięć, konfliktów, szturmu wyścigu, którego upragnionym końcem ma być za wszelką cenę sukces”<sup>9</sup>.

Narkoman to człowiek bezbronny, pogardzany przez środowisko i bliskich, pełen sprzeczności i lęków, pozbawiony naturalnej odporności na codzienny stres. Zażywanie narkotyku jest dla niego jedyną formą obrony przed otaczającym go światem. Narkomani, często odrzuceni przez własne rodziny, pozbawieni przez to wzorców do naśladowania, oparcia, zrozumienia, są bezbronni, a przez to ulegli i podatni na otaczające ich zło. „Powinni oni być naszym wyrzutem sumienia, będą przecież tworem naszego nieudanego życia osobistego i społecznego. To my tworzymy tę społeczną plagę, lekceważąc pochopnie to, co w życiu najważniejsze: miłość do drugiego człowieka, burząc poczucie bezpieczeństwa i godności, rwąc nici przyjaźni, deptając bliźniego w imię własnych, niegodnych celów. Wielu spośród nas zostaje narkomanami, wchodząc nieświadomie do krainy, która wciąga ze straszliwą siłą w głąb otchłani, na samo dno bólu i rozpacz i strasznej śmierci”<sup>10</sup>.

### **Rodzaje narkotyków i ich oddziaływanie na organizm**

Środków odurzających jest bardzo wiele, a każde społeczeństwo specjalizuje się w innych. W Ameryce Północnej, Środkowej i Południowej istnieją plantacje koki i tytoniu. Na Wyspach Brytyjskich zajmują się uprawą chmielu. Od Bliskiego Wschodu po Azję obszary pokryte są makiem, z którego wytwarzane jest opium, zaś w Europie, Afryce i Azji – ziele konopi indyjskich (kannabis). Jedynie Eskimosi nie mają żadnego środka odurzającego, ze względu na niemożność jego wyprodukowania z powodu niskich temperatur.

„Środki narkotyczne działają na procesy chemiczne zachodzące w całym organizmie czy mózgu, bądź przyspieszając, bądź spowalniając funkcje fizyczne i po-

---

<sup>9</sup> KOTAŃSKI M., op. cit., s. 11.

<sup>10</sup> Ibidem.

wodując określone zmiany w percepcji i w zachowaniu, które na rodzicach czy innych obserwatorach będą sprawiały wrażenie zachowań dziwacznych<sup>11</sup>.

Marihuana, haszysz, wyrabiane z konopi indyjskich, są jednym z najczęściej używanych narkotyków wśród młodzieży. T. Dimoff określa to tak: „Przypomina suszoną natkę pietruszki czy majeranek. Z marihuany robi się skręty lub nabija na nią fajkę. Haszysz ma postać brązowych lub czarnych kulek i kostek. Olej haszyszowy to płyn o wyglądzie syropu, często używany do nasączania zwykłych papierosów albo skrętów z marihuany<sup>12</sup>. Marihuana najczęściej stosowana jest w postaci palenia skrętów tzw. jonitów bądź w fajkach, można ją również żuć lub wachać, ale te sposoby są rzadko u nas stosowane. Najślusniej wyraził to R. Maxwell: „Jeśli nie wiesz, jak wygląda marihuana, wyobraź sobie papierosa zwiniętego ręcznie z oregano i szaławii<sup>13</sup>. Aktywnym chemicznie składnikiem marihuany jest *tetra-hydrokan-nabinol* – THC znajdujący się w liściach i nektarze kwiatowych wierzchołków żeńskich konopi.

Niektóre kraje legalizują i dopuszczają do oficjalnego obrotu preparaty konopi, tłumacząc, iż nie ma wyraźnych szkód zdrowotnych i społecznych związanych z ich używaniem. Przykładem jest ustawodawstwo holenderskie. Jak na razie nie jest znana dawka śmiertelna THC dla człowieka – literatura nie odnotowuje takiego przypadku. Według Roberta Rejniaka, autora artykułu zamieszczonego w Internecie, przedawkowanie marihuany jest praktycznie niemożliwe: „W swojej kilkunastoletniej praktyce terapeutycznej nie spotkałem się, ani nie słyszałem o śmiertelnym przedawkowaniu marihuany. Nie znalazłem też żadnych informacji na ten temat w literaturze. Uważam więc, że przedawkowanie jest praktycznie niemożliwe. Istnieją badania, które teoretycznie taką możliwość uwzględniają, np. spalenie ponad 3 kg suszu w ciągu 24 godzin. Oczywiście nie można tutaj bagatelizować tego, że marihuana może być bezpośrednią przyczyną zgonu np. w wypadku drogowym czy śmierci samobójczej<sup>14</sup>.

W zależności od warunków, konopie mogą działać jako środek znieczulający, uspokajający, pobudzający lub lekko halucynogeny. Doznania, które towarzyszą po zażyciu THC zależą od wielu czynników. Po połączeniu z alkoholem, będziemy mieli inne odczucia niż po samym zapaleniu, ale również każdy człowiek będzie miał inne wrażenia w zależności od wielkości dawki, drogi przyjęcia, cech osobowości danego człowieka, stanu emocjonalnego w momencie przyjęcia,

<sup>11</sup> DIMOFF T., CARPER S., *Jak rozpoznać czy dziecko sięga po narkotyki*, Warszawa, Wydawnictwo Elma Books, 1993, s. 36.

<sup>12</sup> Ibidem, s. 52.

<sup>13</sup> MAXWELL R., op. cit., s. 65.

<sup>14</sup> <http://www.narkomania.org.pl/czytelnia/marihuana-za-przeciw-dzialanie-wplyw-marihuany-na-funkcjonowanie-zachowanie-czlowieka> [28.10.2016].

obecności innych ludzi oraz współdziałania tej substancji z innymi. Konopie indyjskie używa się najczęściej w celu intensyfikowania przyjemności. Wywołują uczucie euforii.

Dr Stevan P. Petrović opisuje zachowanie po zażyciu haszyszu: „Początkowo osoba, która zażyła haszysz, może być załęczniona i podniecona. Na pierwszym planie znajdują się jednak symptomy fizyczne. Praca serca jest przyspieszona, ciśnienie lekko wzrasta, powieki są zaczerwienione, a śluzówka ust i nozdrzy sucha. Apetyt rośnie, następuje odwodnienie. Do zmian fizycznych szybko dołączają objawy psychiczne, wpływające na nastrój i postrzeganie. Pojawia się uczucie euforii, przyjemne odprężenie i ogólny błogostan. Jednocześnie następuje przeistoczenie postrzegania czasu i przestrzeni, rozproszenie uwagi, myślenie fragmentaryczne i zaburzenia pamięci. Poczucie własnego ja zanika i zależne jest od sugestii zewnętrznej”<sup>15</sup>. Uzależnienie fizyczne jest znikome i praktycznie nie istnieje, natomiast uzależnienie psychiczne może występować po pewnym czasie używania.

Opium z kolei to materia psychoaktywna, która ma chyba najdłuższą historię. Stosowało go wiele krajów dla przyjemności, bądź jako lek. Jest to substancja otrzymywana przez wysuszenie soku mlecznego z niedojrzałych makówek maku lekarskiego lub ogrodowego. Z jednej makówki otrzymuje się około 0,02–0,05 grama surowego opium. Mak jest uprawiany na całym świecie, ale za najbardziej skuteczny uważa się mak małoazjatycki i mak bałkański ze względu na największą zawartość morfiny, co decyduje o skuteczności i działaniu opium.

Przygotowanie tegoż narkotyku zależy od tego, czy będzie on wykorzystany w celach medycznych, czy dla przyjemności. W medycynie używany jest głównie w postaci płynów, w ilościach odpowiednich dla człowieka podanych przez lekarza. Jakość doznań oraz szybkość i intensywność zależy od sposobu zażycia opium. Najwolniej działa, gdy narkotyk zostanie zjedzony, a wtedy jego efekt będzie uspokajający i odprężający. Pałac opium, pewien procent narkotyku uchodzi z dymem lub się spala i w tym wypadku działanie jest nieco słabsze. Lecz stosując tę metodę zażywania, możemy narazić się na zaburzenia wzroku i stany podobne do snu, które palacz pamięta i potrafi opisać. Narkotyk wprowadzony dożylnie działa najsilniej i najszybciej, co pobudza bardziej przeżycia fizyczne niż psychiczne. Dr Stevan P. Petrović tak wypowiada się na temat opium: „Osoba biorąca opium dożylnie przeżywa tzw. *flash*, jeszcze z igłą w żyłę. Jest to chwilowe uczucie, jakby tysiące igieł płynęło w żyłach całego ciała. Doznanie to jest intensywne, ale krótkotrwałe i jak niektórzy twierdzą, podobne do orgazmu. Czasem narkomani bardzo lubią *flash* i kłują się po kilka razy dziennie. Ci, którzy nie lubią tego uczucia, wstrzykują narkotyk bardzo wolno. Po ustąpieniu *flashu* następuje stan, zwany *stoned*, fizyczne odrętwienie i spokój, charakteryzujący się całkowitym odprę-

<sup>15</sup> PETROVIĆ S.P., op. cit., s. 104–105.



zeniem<sup>16</sup>. Stan po zażyciu opium zależy od tego, w jakim stanie zaawansowania, przyjmowania narkotyku osoba jest. Osoby wstrzykujące po raz pierwszy opium mogą mieć zawroty głowy, wymioty, nudności. Bardziej zaawansowani biorcy czują odprężenie, dobry nastrój, przyjemność. Przez pierwsze miesiące narkomani odczuwają coś przyjemnego i pragną to powtarzać, nazywając to „miodowym miesiącem”, co kończy się uzależnieniem psychicznym. Z dnia na dzień dawki opium muszą być zwiększane, w celu uzyskania tych samych efektów. Przyjemne doznania są coraz słabsze, lecz narkoman bierze opium już nie dla przyjemności, ale z potrzeby uniknięcia kryzysu abstynencyjnego.

Morfina natomiast jest to biały krystaliczny proszek, pozbawiony zapachu, lecz łatwo rozpoznawalny w swoim cierpkim smaku. Przechowywana musi być w zaciemnionych miejscach, ponieważ w świetle szybko żółknie i traci swe właściwości. Jest słabo rozpuszczalna w wodzie i alkoholu. W przemyśle farmaceutycznym najczęściej występuje w postaci ampulek. Może być stosowana poprzez wstrzykiwanie, doustnie, doodbytniczo lub przez wąchanie oparów. Narkomani najczęściej stosują metodę dożylną, ze względu na *flash* i szybkie działanie. Na stronie internetowej znalazłam opis morfiny: „Ma działanie narkotyczne (odurzające), przeciwbólowe, przeciwkaszlowe, przeciwbiegunkowe, działa depresyjnie na ośrodkowy układ nerwowy (zalicza się do depresantów). Nadmierne dawki mogą prowadzić do śpiączki z depresją ośrodka oddechowego (niewydolność oddechowa). Kilkunastokrotne użycie morfiny prowadzi do uzależnienia fizycznego, uzależnienie psychiczne występuje znacznie szybciej. Powtarzanie dawek morfiny, podobnie jak innych leków opioidowych, powoduje powstawanie tolerancji na lek<sup>17</sup>.”

Morfina stosowana w umiarkowanych ilościach daje poczucie euforii i błogą senność, z uczuciem spokoju i bez troski. Człowiek czuje się bezpiecznie, a uczucie strachu jest nieznanne. Koncentracja na czymś jest w zasadzie niemożliwa, dlatego też osoba po zażyciu zainteresowana jest tylko sobą, staje się apatyczna, bez potrzeby kontaktu ze środowiskiem. Występuje stan letargu.

Jak napisał dr Stevan P. Petrović, na morfinizm mogą wskazywać następujące symptomy: „ciężkie zaparcia na przemian z biegunkami, blizny i ropnie spowodowane niesterylnymi strzykawkami, zwężone źrenice i najpewniejszy symptom – rozwój syndromu abstynencyjnego po nagłym odstawieniu morfiny lub wstrzyknięciu nalorfinu. Morfina jest narkotykiem bardzo szybko stwarzającym nałóg. Już po kilku dniach ciągłego zażywania doprowadza do powstania zależności<sup>18</sup>.”

<sup>16</sup> Ibidem, s. 85–86.

<sup>17</sup> [www.wikipedia.org/wiki/Morfina](http://www.wikipedia.org/wiki/Morfina) [27.10.2016].

<sup>18</sup> PETROVIĆ S.P., op. cit., s. 88.

Często morfinista niczym nie odróżnia się od zdrowego człowieka. Wygląd i zachowanie jest takie samo, zwłaszcza jeśli dysponuje na co dzień wystarczającymi dawkami morfiny i prawidłowo się odżywia. Niektórzy autorzy twierdzą, że szczegółowe badania kliniczne i laboratoryjne nie stwierdziły różnic pomiędzy zdrowymi ludźmi a morfinistami.

Heroina ma silniejsze działanie przeciwbólowe i przeciwkaszlowe od morfiny, lecz w Polsce nie jest stosowana w medycynie. W stanie czystym to siwobrunatny proszek, lecz ze względu na niebezpieczeństwo śmierci osoby zażywającej ją po raz pierwszy lub w sposób niekontrolowany, dilerzy sprzedają ją rozrzedzoną, dodając do niej cukier mleczny. W ten sposób zwiększają jednocześnie jej masę i ciężar. Długość działania – od 6 do 10 godzin. Palona działa krócej – od 2 do 5 godzin.

Działanie tego narkotyku dobrze opisał dr Stevan P. Petrović: „Wprowadzona do organizmu działa depresyjnie na mózg i rdzeń kręgowy. Po wstrzyknięciu heroiny zazwyczaj występuje drzemka, źrenice są maksymalnie zwężone, puls i oddech zwolnione. Narkoman znajdujący się pod działaniem heroiny nie jest niebezpieczny. Zazwyczaj jest w stanie letargu. Popularne opowiadania o orgiach i seksualnych wyczynach heroinistów są czystym wymysłem. Zażywanie heroiny blokuje bodźce seksualne i gasi seksualne potrzeby. Heroiniści to zazwyczaj osoby nieodpowiedzialne i bierne. Nawet w grupie nie okazują zbytnej wesołości ani agresji. Jedynym tematem ich rozmów jest heroina i inne narkotyki. Przyszłość ogranicza się wyłącznie do szprycy”<sup>19</sup>.

Każda dawka heroiny jest silnie uzależniająca, nawet pierwsze zażycie może prowadzić do heroinizmu. Uzależnienie psychiczne może wystąpić już po pierwszej dawce i postępuje wraz z kolejnymi użyciami. Przy uzależnieniu fizycznym odstawienie heroiny prowadzi do reakcji abstynencyjnej organizmu objawiającej się: biegunką, wymiotami, drżeniem mięśni, bólem kości porównywanym do „łamania”, zapaścią, a nawet śmiercią. Heroinizm prowadzi do psychicznej i społecznej degeneracji człowieka uzależnionego, ponieważ uzależniony będący pod wpływem heroiny jest bierny i skupiony na rozkoszy, a w przypadku braku heroiny skupiony na jej zdobyciu. Więc w obu przypadkach przestaje dbać o siebie, o swój wygląd, zdrowie, higienę i inne sprawy wymagające poświęcenia i czasu, najważniejsze jest zdobycie heroiny. Jeśli heroiniści mają problem z zakupem nowej ilości narkotyku, potrafią być w tym stanie niebezpieczni, skłonni do agresji i przestępstw.

Na forum internetowym znalazłam wypowiedź dziewczyny o tym, jak się jej „przygoda z ćpaniem” zaczęła, ale na szczęście zakończyła: „Ja zaczęłam brać narkotyki w wieku 13 lat, zaczynałam od leków, potem trawa, LSD, haszysz, itd., itp. Potem spróbowałam heroiny no i już tak zostało. Brałam dożylnie heroinę przez

---

<sup>19</sup> Ibidem, s. 89–90.

6 lat. Skończyłam ośrodek i nie biorę już prawie 6 lat. Mam dziecko i jestem szczęśliwa, ale niestety konsekwencje dalej się ciągną. Mam WZW typu C, czyli wirusa żółtaczkę typu C który prowadzi do raka wątroby. Heroina strasznie mi zniszczyła życie i już nie chodzi o tego wirusa. Heroina robi straszne społeczne spustoszenie. Do tej pory ciężko mi wśród ludzi. Naprawdę jest ciężko z tego wyjść, każdy dzień jest walką. Każdy dzień kończący się trzeźwo jest ukojeniem. Cudownie jest budzić się rano i nie mieć głodów, cudownie jest nie szukać codziennie żył na całym ciele i się nie kłuć jak opętany. Cudownie jest mieć pieniądze na kino, basen itp. Naprawdę nie warto w to wchodzić, bo trudno jest z tego wyjść. Teraz wiem, że w nałogi wpadają najczęściej ludzie bardzo wrażliwi, więc uwierzcie, lepiej tę wrażliwość zainwestować w pasję<sup>20</sup>.

Heroinistom brak jest energii i chęci do działania, często występują u nich stany depresyjne z myślami samobójczymi. Tracą zainteresowanie dla swojego zawodu, nie interesują się stosunkami międzyludzkimi, tracą rodzinę, przyjaciół, mają trudności z koncentrowaniem się na wykonywanej pracy – jednym słowem: przyjmują aspołeczny tryb życia. Zmuszeni do codziennej pogoni za narkotykiem podejmują działania niegodne z prawem – kradzieże, zabójstwa, prostytutka, przemoc.

Kokaina z kolei jest substancją silnie pobudzającą, wprowadzającą układ nerwowy w stan nadaktywności. Narkomani często stosują ją w połączeniu z heroiną dla złagodzenia stanu „haju”. Kokaina może być zażywana poprzez wstrzykiwanie, lecz silnie podrażnia skórę, a żyły szybko obumierają. Najczęściej się ją zatem wacha – dlatego łatwo poznać kokainistę, ponieważ ma podrażnione śluzówki nosa.

Zbyt częste stosowanie kokainy wywołuje paranoje, halucynacje, zniekształcenie słuchu i obłąkańcze urojenia. Mogą również wystąpić zaburzenia w trawieniu (nudności, brak apetytu), chudnięcie, bezsenność, drżenie i konwulsje. U osób przewlekłe przyjmujących te środki szybko narasta toksyczna marskość wątroby. Połączenie z alkoholem nasila pobudzenie. Pojawiają się stany lękowe z urojeniami prześladowczymi, może wystąpić atak paniki lub majaczenie.

R. Maxwell tak wypowiada się na temat kokainy: „Kokaina przynosi szybkie i mocne poczucie euforii. Neurolodzy odkryli, że dopamina, chemicznie czynna substancja w mózgu, jest odpowiedzialna za postawienie odczucia przyjemności. Kokaina działa w taki sposób, że neurony zostają zalane dopaminą, dając uczucie uniesienia, które trwa od 10 do 20 minut. Pragnienie ponownego przeżycia tej intensywnej przyjemności jest potężne, a depresja następująca po «haju» głęboka. Uzależnienie fizyczne i psychiczne rozwija się u zażywającego nastolatka poważnie w ciągu około szesnastu miesięcy<sup>21</sup>».

---

<sup>20</sup> <http://www.forum.narkotyki.pl/temat37,908,1,heroina.html> [28.10.2016].

<sup>21</sup> MAXWELL R., op. cit., s. 68.

Kokainista staje się przedsiębiorczy, czuje potrzebę mówienia i aprobaty społecznej. Staje się bardzo pewny siebie, a potrzeby seksualne nasilają się i muszą być zaspokojone natychmiast, przez co niejednokrotnie dochodzi do gwałtów.

Amfetaminy szybko prowadzą do uzależnienia psychicznego, prawdopodobnie najszybciej z pośród dotychczas wymienionych narkotyków. „Zażywane doustnie, w średnich dawkach zwiększają aktywność i wytrzymałość, stwarzają uczucie podniecenia i euforii. Osoby będące pod działaniem *speedu* są przedsiębiorcze i działają bezkrytycznie. Wstrzykiwanie amfetamin te efekty jeszcze bardziej potęguje. Szczególnie niebezpieczne jest dożylnie wstrzykiwanie metedryny (*speeding*). Reakcje po zastrzyku można porównać z elektroszokiem lub opisać je jako wielokrotny orgazm. Potem następuje wyjątkowe poczucie świadomości siebie i otoczenia. Stan «haju» trwa dość krótko, można go jednak powtórzyć nowym zastrzykiem”<sup>22</sup>.

Człowiek uzależniony od amfetaminy z czasem staje się nadwrażliwy i podejrzliwy, wciąż obawia się policji, w każdej osobie widzi przebranego mundurowego. Bywa niebezpieczny dla otoczenia, ponieważ w obawie przed napaścią, sam może zaatakować.

Uzależnienie fizyczne jest znikome lub wcale nie występuje. Jedynie przedłużony czas snu po tzw. ciągu amfetaminowym, nawet do kilku dni, jest przez niektórych specjalistów klasyfikowany jako objaw uzależnienia fizycznego. Co do uzależnienia psychicznego – amfetaminy stwarzają silne objawy. Zależność psychiczna jest podobna do tej, która jest spowodowana przez kokainę. Wywołuje ją atrakcyjny i euforyczny przebieg działania specyfiku, wzmacniany z kolei przez przykre dolegliwości związane z jego odstawieniem (złe samopoczucie, spowolnienie psychiczne, uczucie zmęczenia i apatii), które można zauważyć już po 12 godzinach od ostatniego zażycia amfetaminy.

Do najczęściej pojawiających się objawów abstynencyjnych można zaliczyć uczucie zmęczenia, przygnębienia i apatii, wewnętrzny niepokój, sennaść, wzmożone łaknienie, bóle głowy, obniżenie napięcia mięśniowego, myśli samobójcze. Objawy te rozwijają się dość wolno, gdyż metabolizm i wydalanie amfetaminy z ustroju przebiega powoli. „Nie ulega jednak wątpliwości, że niektórzy są tak zachwyceni nastrojem uniesienia spowodowanym amfetaminą, że odczuwają silną potrzebę dalszego stosowania. Przy długotrwałym zażywaniu niektórzy zaczynają brać coraz większe dawki. Jednak takie postępowanie niekoniecznie musi prowadzić do występowania tolerancji na sam narkotyk. W ścisłym znaczeniu tego słowa, tolerancja na pobudzające działanie narkotyku nie ma tutaj miejsca”<sup>23</sup>.

---

<sup>22</sup> PETROVIĆ S.P., op. cit., s. 96–97.

<sup>23</sup> GOSSOP M., op. cit., s. 160.

LSD (dietyloamid kwasu lizerginowego) jest substancją pochodzenia roślinnego o właściwościach psychoaktywnych. Jest środkiem bardzo silnym, jednym z najsilniej działających narkotyków znanych człowiekowi. Jednorazowa dawka czystego narkotyku jest bardzo mała, niezauważalna gołym okiem. LSD jako jedyny narkotyk ważony jest w mikrogramach – jednej milionowej części grama, w odróżnieniu od innych narkotyków, które są ważone w miligramach (1/1000 grama). Należy do grupy halucynogenów związków kwasu lizerowego, jest powszechnie znany jako *kwias*, powodujący początkowo euforię, halucynacje wzrokowe, słuchowe, zaburzenia myślenia i relacji ze światem zewnętrznym. W fazie końcowej narkoman czuje uczucie otępienia i przygnębienia, potrzebę snu. Odczucia są subiektywne, zależne od cech indywidualnych osoby, jej stanu psychicznego i oczekiwań.

W nielegalnym obrocie narkotyk sprzedawany jest w postaci pigułek, kostek cukru bądź papierków w formie znaczków z nadrukami rozmaitych obrazków, które się ssie połyka bądź umieszcza pod powieką.

M. Gossop opisuje zachowanie po zażyciu LSD: „Jest to niezwykle, ale fascynujący efekt polegający na pomieszaniu się zmysłów. «Widzi się» muzykę lub «słyszy» kolory (...). Percepcja wizualna jest w znacznym stopniu zmieniana pod wpływem narkotyku. Jedynym z pierwszych objawów świadczących o tym, że narkotyk zaczyna działać, jest pojaśnienie szarości widzianej po zamknięciu oczu. Później, na szarości tej zaczynają się pojawiać różnobarwne jaskrawe plamy. Wzory te zazwyczaj określane jako kalejdoskopowe, geometryczne lub «jak z perskiego dywanu». W miarę intensyfikacji działania, wzory stają się progresywnie coraz mniej symetryczne i bardziej złożone. Po otwarciu oczu, zwyczajne przedmioty wydają się błyszczeć, tak jakby były oświetlane od wewnątrz. Kolory wydają się być głębsze i intensywniejsze i często całkiem zwykłe przedmioty zdają się nabierać niesamowitego znaczenia symbolicznego<sup>24</sup>. Człowiek pod wpływem LSD jest bardzo podatny na każdy rodzaj sugestii. Rodzaj halucynacji, jak i ich treść, są uzależnione od nastawienia osoby zażywającej środek i od atmosfery, w której dochodzi do jego użycia.

Ekstaza: MDMA jest połączeniem amfetaminy i meskaliny, pochodną metamfetaminy. Występuje najczęściej w postaci tabletek z wytłoczonymi na nich symbolami, wzorami, motywami. Mają różny kształtach i skład substancji. Niektóre zawierają w sobie również amfetaminę. Ekstaza powoduje nagły przypływ energii oraz euforii, podobnie jak LSD daje poczucie rozszerzenia umysłu. Jest bardzo szkodliwa dla zdrowia nie tylko fizycznego, również psychicznego, szybko można się uzależnić, a nawet doprowadzić do zgonu. Ekstaza ma w sobie substancję o nazwie MDMA, której śmiertelna dawka to już nawet 120 mg. „Dawki wynoszą zazwyczaj od 75 do 150 mg i narkotyk zaczyna działać w pół godziny

---

<sup>24</sup> Ibidem, s. 130–131.

po zażyciu doustnie. Reakcja występuje w ciągu mniej więcej następnej godziny, a zanika przez kolejne dwie godziny. Podobnie jak poglądy na temat LSD, opinie na temat ekstazy również mają tendencję do uznawania jej za cudowny środek o szerokim potencjale psychoterapeutycznym lub po prostu za kolejny narkotyk do nadużywania<sup>25</sup>.

Ekstaza, jak sama nazwa wskazuje, obiecuje wiele, ale dla niektórych nie będzie to przyjemna przygoda. Jak opisuje dr Aleksander Markiewicz: „Największe zagrożenie powodowane przez ecstazy wiąże się z uderzeniem ciepła. MDMA w kilka minut po użyciu podnosi temperaturę ciała do 41–42°C, a tańczący, nie zdając sobie sprawy z konsekwencji, doprowadza do przegrzania organizmu. Wypicie zbyt dużej ilości płynów może w tym czasie doprowadzić do zaburzenia poziomu soli i minerałów zawartych w organizmie, co w skrajnych przypadkach prowadzi do śmierci. Szczególnie niebezpieczne jest picie alkoholu w skojarzeniu z *ecstasy*. Prowadzić może do odwodnienia organizmu kończącego się zejściem śmiertelnym. Używania narkotyku szczególnie winny unikać osoby z kłopotami sercowymi, podwyższonym ciśnieniem krwi, mający ataki epileptyczne albo ukryte choroby umysłowe, które mogą uzewnętrznić po przyjęciu środka<sup>26</sup>.

Barbiturany jest to grupa leków pochodzących z kwasu barbiturowego. Produkowane są w postaci tabletek, czopków, ampułek lub proszku do przygotowania roztworu. Narkomani najczęściej zażywają je poprzez łykanie bądź wstrzykiwanie, ale mogą być również wprowadzane doodbytniczo lub doustnie. Efekty po zażyciu barbituranów pod wieloma względami przypominają działanie alkoholu. Również podobnie opisuje to M. Gossop: „W niewielkich dawkach usuwają niepokój, a przy wysokich dawkach powodują niewyraźną mowę i zachęcają do okazywania większych emocji. To, czy działać będą przygnębiająco czy agresywnie, w dużym stopniu zależy od osoby i okoliczności. Z farmakologicznego punktu widzenia, barbiturany stanowią inny sposób na upicie się, nic więc dziwnego, że okazały się tak podatne na nadużywanie. Tak jak w przypadku alkoholu, nadmierne stosowanie barbituranów powoduje kaca następnego dnia i podobnie jak w przypadku alkoholu, długotrwałe stosowanie barbituranów prowadzi do fizycznego uzależnienia (...)”<sup>27</sup>.

Szybkie rozwijanie się uzależnienia fizycznego jest bardzo istotne w leczeniu. Uzależniona osoba nie może gwałtownie odstawić barbituranów, ponieważ może to spowodować ataki epileptyczne. W takim przypadku uzależnione osoby wymagają leczenia szpitalnego. Psychiczne uzależnienie jest zależne od efektów narkotyku. U osób strachliwych i napiętych uzależnienie występuje szybko, ponie-

<sup>25</sup> Ibidem, s. 140.

<sup>26</sup> MARKIEWICZ A., *Narkotykowe dylematy*, Koszalin, Wydawnictwo Bog&Art, 1999, s. 30.

<sup>27</sup> GOSSOP M., op. cit., s. 163.

waż narkotyk daje przyjemne doznania, uwalnia od nieprzyjemnych wspomnień i przeżyć, co jest powodem częstego stosowania.

### **Przyczyny i skutki zażywania narkotyków**

Przyczyn oraz skutków zażywania narkotyków można wyróżnić wiele. Zażywających je jednak najbardziej motywuje chęć odurzenia się, ciekawość, wpływ rówieśników, ale również problemy życiowe, które dotyczą najczęściej sytuacji zaistniałych w domu lub w szkole. Młodzież używa narkotyków, ponieważ używają ich również dorośli. Także motywem sięgania po narkotyki jest moda na branie. Chociaż osobie uzależnionej będzie obojętne, jaki środek zastosuje, ważne jest dla niej tylko, aby zaspokoił głód narkotykowy. „W poszukiwaniu przyczyn skłonności do narkomanii najważniejsze jest poznanie przed chorobowej osobowości przyszłego narkomana oraz sił motywacyjnych kierujących młodego człowieka ku narkotykom (...). Fakt istnienia w każdym człowieku archaicznego pragnienia, aby od czasu do czasu odwiedzić inną rzeczywistość, widocznie nie wystarcza do wyjaśnienia, dlaczego nowoczesna narkomania występuje tak masowo właśnie wśród młodocianych i dlaczego nie wszyscy młodociani sięgają po narkotyki w celu rozwiązywania swoich problemów”<sup>28</sup>.

Niewątpliwie najczęstszą przyczyną zażycia narkotyku jest chęć przeżycia czegoś innego, czegoś nowego oraz ciekawość. Również młody człowiek zażywający pierwszy raz narkotyk chce przypodobać się kolegom, pokazać, że nie jest gorszym. Osoby zażywające pierwszy raz zazwyczaj ulegają naciskowi grupy, ponieważ nie chcą być odrzuceni przez grupę, więc robią to, co jej członkowie. Do zażycia narkotyku kusi ich również chęć uzyskania przyjemności, poprawy samopoczucia, łagodzenia lęku. Także niepowodzenia w szkole, w miłości oraz kompleksy przyczyniają się do zażycia narkotyku. Młodzi ludzie w ten sposób uciekają od niepowodzeń, nieprzyjemnych wspomnień, buntują się przeciwko powszechnie uznawanym normom lub wartościom, chcą wyrazić swoją niezależność, wrogość do świata.

Na stronie internetowej znalazłam pewną wypowiedź co do przyczyn zażywania środków odurzających: „Istnieje wiele przyczyn sięgania po narkotyki. Młodzież zazwyczaj nie jest świadoma, jakie skutki mają narkotyki. Często człowiek decyduje się na nie z ciekawości. Zazwyczaj dochodzi do wniosku, że «jeden raz mu nie zaszkodzi». Oczywiście takie początki miał każdy narkoman. Fakt, że nie wszyscy ludzie, którzy spróbowali narkotyków stają się narkomanami, aczkolwiek jest to bardzo częste. Nie rzadko po narkotyki sięga się w wyniku presji znajomych. Szczególnie dotyczy to młodych ludzi. Nie raz biorą oni «na pokaz», aby wpisać

---

<sup>28</sup> PETROVIĆ S.P., op. cit., s. 167.

się do grupy. Są to zazwyczaj osoby spokojne, nierzucające się w oczy, które chcą zaistnieć w szkole czy w grupie. Często mają wiele kompleksów, są niezadowolone z siebie, a także ze swojego życia. Nierzadko przyczyną narkomani wśród młodzieży są problemy w szkole lub w domu. Problem ten nie dotyczy tylko rodzin patologicznych, ale również takich, w których rodzice nie piją, mają dobrą pracę itd. Dorośli najczęściej sięgają po narkotyki, aby zapomnieć o problemach w pracy, w domu, zrelaksować się, a także dla zabawy. Należy jednak pamiętać, że bez względu na wiek, narkotyki uzależniają tak samo, z tą jednak różnicą, że dla dzieci dawki, które jest w stanie wziąć dorosły, mogą okazać się śmiertelne<sup>29</sup>.

Nawet najbardziej ułożona rodzina nie gwarantuje, że młody człowiek nie spróbuje sięgnąć po narkotyk. Nie ma znaczenia, czy dziecko chcące spróbować narkotyków wywodzi się z biednego czy bogatego domu, lecz wiąże się to z podejściem rodzica do własnego dziecka. To w największym procencie zależy od rodziców, czy dziecko wpadnie w nałóg czy jego przygoda z narkotykami skończy się na etapie eksperymentowania.

M. Moneta Malewska bardzo wyraźnie wyraziła swoje zdanie o uzależnieniu: „Uzależnieniu od narkotyków podlegają zwykle osoby, mające problemy z przystosowaniem się do otaczającego świata. W ten sposób uciekają one od otoczenia, z którym trudno im nawiązać kontakt, które im się nie podoba, przeraża ich i niepokoi oraz od własnych emocji, z którymi sobie nie radzą. Przyjmowanie narkotyków zmniejsza dręczące napięcie. Powoduje, że świat wydaje się bardziej przyjazny, a własne emocje mniej przerażające. Człowiek, który zaczyna przyjmować środki odurzające, nie zdaje sobie sprawy z czyhającej pułapki. Początki są zwykle sympatyczne, ale po pewnym czasie narkotyk wywołuje głód biologiczny i psychiczny. Aby osiągnąć ten sam efekt, trzeba go brać coraz więcej, gdyż organizm stopniowo przyzwyczaja się i zwiększa się tolerancja na narkotyk. Zaczyna się tzw. «piekielny taniec». Przy próbie odstawienia narkotyku okazuje się, że nie można bez niego żyć. Człowiek stopniowo gubi umiejętność życia w normalnym świecie»<sup>30</sup>.

Złe stosunki rodzinne, zaburzenia struktury rodziny, nieprawidłowe postawy rodziców i popełnione błędy wychowawcze oraz wystąpienie patologii społecznych przyczyniają się do sięgnięcia po narkotyk przez młodą osobę. Również słabe więzi emocjonalne pomiędzy członkami rodziny i niezgodności małżeńskie rodziców, sprawiają, że dziecko jest świadkiem kłótni, oszustw, rękoczynów. Szczególnie w okresie dojrzewania czuje się wtedy osamotnione, niekochane, odrzucone. Brakuje mu wzorców społecznych, kulturalnych i prawdziwych autorytetów. Zaburzenia w funkcjonowaniu rodziny dotyczą zarówno rodzin sierocych,

<sup>29</sup> [www.narkomania.dobre-kosmetyki.eu/Przyczyny\\_narkomanii](http://www.narkomania.dobre-kosmetyki.eu/Przyczyny_narkomanii) [28.10.2016].

<sup>30</sup> MONETA-MALEWSKA M., *Narkotyki w szkole i w domu: zagrożenie*, Warszawa, Towarzystwo Wydawnicze i Literackie, 2001, s. 13–14.



pólsierocych, rozbitych, jak i rodzin osób samotnych. Jednak sięganie po narkotyki przez młodzież występuje również w rodzinach, w których jest oboje rodziców.

Najwięcej przypadków, w których dziecko popada w nałóg, wywodzi się z rodziny patologicznej. Tam rodzice mają często konflikt z prawem, cechuje ich brak stałych podstaw ekonomicznych i społecznie aprobowanych norm moralnych, a to z kolei przyczynia się do narkomanii, ale również do kradzieży, prostytucji i innych dewiacji. Dzieci z tych rodzin naśladowują te wzorce, a ponadto mają łatwiejszy dostęp do narkotyków.

Na stronie internetowej koszalińskiej policji znalazłam artykuł na temat zażywania narkotyków: „Osoba zażywająca narkotyki maskuje się, ukrywa swój nałóg, sprawia wrażenie normalnego młodego człowieka. Ludzie nadal myślą, że narkoman to ktoś brudny, obdarty, śmierdzący. Jest to nieprawda. Rodzice nierzadko dowiadują się, że coś jest nie tak z ich dzieckiem, gdy są już zewnętrzne objawy uzależnienia. Dzieci, nasze pytania o to, co się dzieje, zbywają twierdzeniem, że wszystko jest OK, ale są zmęczone nauką, obowiązkami. Problemem dla uzależnionego narkomana są fundusze niezbędne na zakup coraz większej ilości narkotyków. Tu zaczynają się kombinacje, jak zdobyć pieniądze. Są to pożyczki od kumpli, wynoszenie i sprzedaż za bezcen rzeczy z domu, kradzieże, rozboje i prostytucja. W ten sposób młody człowiek stacza się na dno życia, nie mając żadnych hamulców moralnych, traci kontakt z rzeczywistością, rodziną, znajomymi, szkołą, wchodzi w konflikt z prawem. Narkoman żyje już tylko dla narkotyku, z dnia na dzień, interesuje go tylko, czy będzie miał na następną działkę albo co musi zrobić aby zdobyć fundusze”<sup>31</sup>.

Młodzież z tzw. dobrych domów obok nieprawidłowych stosunków interpersonalnych uzależnia się przez występowanie niepowodzeń szkolnych. Dla nastolatków najważniejsza staje się grupa rówieśnicza. Bycie w grupie, pragnienie akceptacji staje się dla nich wzorcem i częściej darzą większym zaufaniem nowo poznanych przyjaciół niż rodziców. Wychowawcy często nie są w stanie wnikać głęboko w sytuację rodzinną ucznia lub skutecznie zaradzić nieprawidłowościom. Na terenie szkoły odbywa się za mało zajęć z profilaktyki, nauczyciele nie kładą na to nacisku. Świadomość młodzieży dotycząca zagrożeń spowodowanych używaniem narkotyków nie jest wystarczająco wysoka.

Zażywanie narkotyków jest ogromnym zagrożeniem dla zdrowia, jednak stopień zagrożenia zależy też od sposobu i ilości zażywania narkotyku. Każdy sposób przyjmowania szkodzi zdrowiu, ale najbardziej niebezpieczne jest wprowadzanie dożylnie. Ten sposób zażywania narkotyków może doprowadzić do zapalenia żył, bliznowacenia skóry, chorób wenerycznych i zakażenia wirusem HIV, a także żółtaczką. Pojawia się słabe zainteresowanie sprawami seksu. Amfetamina i kokaina

---

<sup>31</sup> [www.policja.koszalin.pl/prew\\_narkotyki.html](http://www.policja.koszalin.pl/prew_narkotyki.html) [28.10.2016].

doprowadza do manii prześladowczych, psychoz. Środki nasenne uszkadzają serce, mogą powodować zapaść i śmierć. Rozpuszczalniki doprowadzają do zapalenia śluzówki jamy ustnej, zapalenia nerek, jelit, żołądka, uszkodzenia szpiku kostnego i układu nerwowego, pociągając za sobą ciężką anemię połączoną z wykwitami na skórze i krwawieniami z organów wewnętrznych. Niszczą komórki nerwowe, powodują zaburzenia koncentracji, osłabienie pamięci, a po kilku latach mogą powodować upośledzenie umysłowe. Zażywanie opiatów powoduje uszkodzenie organów wewnętrznych, przede wszystkim wątroby i trzustki, schorzenia dróg oddechowych i wsierdza. Najmniejsze konsekwencje zdrowotne wiążą się z zażywaniem halucynogenów, ale i tutaj pojawiają się psychozy, próby samobójcze. Długotrwałe zażywanie narkotyków prowadzi do organicznych zmian w mózgu, powodując: obniżenie sprawności umysłowej, spadek inteligencji, zaburzenia psychiczne bądź charakterologiczne. Powodują spłytenie uczuć wyższych i likwidują hamulce moralne, które zostają zastąpione instynktownym zaspokajaniem popędów, zanik ambicji, dążeń i celów życiowych. Do najczęściej spotykanych zaburzeń charakterologicznych zaliczamy: brutalność, bezwzględność, samolubność, zanik uczuć wyższych, kłamliwość.

Na temat uzależnienia fizycznego tak pisze P. Robson: „O fizycznym uzależnieniu mówimy wtedy, gdy po wstrzymaniu podawania narkotyku pojawiają się typowe reakcje, zwane zespołem odstawienia. Zjawisko to jest charakterystyczne dla substancji, które hamują lub osłabiają funkcje mózgu. Należą do nich alkohol, środki uspokajające i nasenne oraz opioidy. (...) Na psychiczne uzależnienie składa się myślenie wyłącznie o zaspokojeniu narkotycznego głodu i jednoznaczna interpretacja sygnałów, które niekoniecznie muszą mieć związek z narkotykami”<sup>32</sup>.

Skutki uzależnień można rozpatrywać w aspekcie rodzinnym, psychologicznym i pedagogicznym jako przyczynę wystąpienia u członków rodziny tzw. współuzależnienia. W ujęciu pedagogicznym rozpatrywane są kryminologiczne następstwa choroby. Współuzależnienie członków rodziny w przypadku problemu narkotykowego nastolatka polega na próbach zapanowania nad chorobą uzależnionego oraz przystosowaniu do niej sposobu funkcjonowania rodziny. Są to zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania powstałe u rodziców dzieci na skutek obcowania z osobą uzależnioną. Rodzice na początku zaprzeczają problemowi, przejawiając nadopiekuńczość wobec uzależnionego, później zaczynają się wstydić zachowań domownika i próbują go tłumaczyć, ponoszą za niego konsekwencje. Mają poczucie winy, w które wpędza je uzależniony, uważają, że jeśli byliby dla dziecka lepszymi rodzicami nie popadłoby ono w nałóg, obawiają się zachowań dziecka. Rodzice są niewydolni wychowawczo, cały czas wierzą, że koszmar uzależnienia pewnego dnia się skończy. Kryminogenny charakter uza-

---

<sup>32</sup> ROBSON P., *Narkotyki*, Kraków, Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, 1997, s. 164–165.

leżnienia rozpatrywany jest jako czynnik produkcji i handlu substancjami psychoaktywnymi. Stan odurzenia nastolatka predysponuje go do stania się ofiarą. Narkomani skupiają się przeważnie w środowiskach kryminogennych. Pod wpływem narkotyków możliwości samoobrony są bardzo małe, a zdolność reakcji osłabiona. Środki odurzające osłabiają hamulce wewnętrzne i wyzwalają agresję, pozostający pod ich wpływem są często ofiarami rozbojów, kradzieży, gwałtów, zabójstw. Popęlanie czynów karalnych często wynika ze stanu odurzenia. Są to czyny popełnione w celu zdobycia środka, popełnione pod jego wpływem, związane z osłabieniem hamulców moralnych, wypadki przy pracy.

Słowa K. Zajączkowskiego uzupełniają moją myśl na temat uzależnienia: „Uzależnienie jest chorobą duszy, psychiki i emocji. Polega ono na utracie kontroli nad własnym życiem, braniu środków odurzających pomimo problemów, które one wywołują oraz na wzrastającej tolerancji organizmu. Środki odurzające, szczególnie alkohol, narkotyki, wywołują w człowieku, który z nich korzysta, przekonanie, że pomagają one załatwić różne problemy i zrealizować ważne potrzeby. Tłumią one emocje na krótką chwilę, ale gdy przestają działać, problemy powracają ze zdwojoną siłą. Osoba uzależniona czasami zdaje sobie sprawę z tego, że środek odurzający jest przyczyną jej kłopotów, niszczy zdrowie, ale zamiast przestać go używać, bierze coraz więcej. Dzieje się tak dlatego, że nie kontroluje już swojego życia”<sup>33</sup>.

W minimalizowaniu ryzyka uzależnienia młodych ludzi od narkotyków bardzo ważną rolę odgrywają rodzice. Dzieci potrzebują poczucia więzi i przynależności do rodziny, co za tym idzie, chcą czuć, że są kochane, rozumiane i mogą liczyć na wsparcie z każdej strony. Potrzebują szacunku, zrozumienia, przyjaznej i komfortowej atmosfery w domu. Jednym słowem: bezpieczeństwa. Również ważne jest, aby młodzi ludzie byli doceniani, chwaleni za wykonywane prace, sukcesy. Chcą czuć, że nie zostaną skrytykowani ani odrzuceni, jeśli coś się nie uda, oraz chcą mieć pewność, że granice ich prywatności i intymności są przez bliskich respektowane.

### **Przyczyny zażywania narkotyków tkwiące w środowisku szkolnym**

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) za czynniki sprzyjające powstawaniu narkomanii podaje się:

1. potrzebę natychmiastowej gratyfikacji niezależnie od mogących się z nią wiązać ujemnych następstw, wynikających z zaburzeń osobowości jednostki;

<sup>33</sup> ZAJĄCZKOWSKI K., *Nikotyna, alkohol, narkotyki: profilaktyka uzależnień*, Kraków, Wydawnictwo Rubikon, 2001, s. 50.

2. poszukiwanie przyjemności wbrew przyjętym w społeczeństwie konwencjom lub przeciwdziałanie istniejącym objawom psychopatologicznym (depresja, lęk);
3. chęć osiągnięcia adaptacji w grupie społecznej, do której się należy lub do której chce się należeć;
4. dążenie do usunięcia objawów abstynencyjnych w wyniku przyjmowania środka uzależniającego;
5. zachowanie wyuczone przez wielokrotne powtarzanie<sup>34</sup>.

Powody, dla których dzieci sięgają po narkotyki wg WHO, to:

1. Chęć odurzenia się – a więc przeżycia przyjemnych wrażeń.
2. Ciekawość, nuda – dzieci nie ustają w poszukiwaniu przygód, nowych doświadczeń, zajęcia wolnego czasu, uciekają od nudnej szkoły, zajęć, obowiązków. Wiele jest rozczarowanych „pierwszym razem”. Inne mimo wszystko próbują innych narkotyków. Zwiększają dawki, sięgają po nowe środki, próbują kombinacji. Narkotyki potrafią wypełnić czas. Sama próba zdobycia narkotyku zajmuje wiele czasu. Czas zabierają też czynności poprzedzające odurzanie się, istota działania narkotyku wpływa zaburzająco na odczuwanie czasu, przydając blasku najzwyczajszej beczynności. Dzieci żyją w wymiarze „tu i teraz”, nie potrafią tak jak dorośli odkładać przyjemności na później. Narkotyki działają zawsze i natychmiast, wystarczy ja tylko zażyć.
3. Wpływ grupy rówieśniczej – dzieci nie przeciwstawiają się presji rówieśniczego środowiska, gdy pragną być zaakceptowane. Odróżnić się to dla dziecka najokrutniejszy wyrok losu. Zażywanie narkotyku jest niską ceną za wejście do grupy. Pierwsza w grupie osoba używająca narkotyków, aby nie poczuć się wyobcowana, dąży do wciągnięcia w nie pozostałych. Dziecko podlega różnym presjom zewnętrznym, ze szczególną intensywnością oddziałuje na grupę. Grupa tworzy środowisko sprzyjające szerzeniu się narkotyków, staje się usprawiedliwieniem do przebywania samemu poza domem, ułatwia pierwsze próby dzielenia się narkotykami i nabytymi doświadczeniami, a jednocześnie żaden z jej członków nie próbuje przeciwstawić się pozostałym wobec groźby utraty przynależności.
4. Młodzieżowa chęć buntu – jest ważnym czynnikiem skłaniającym do sięgania po narkotyki. Młodzież chce robić rzeczy, które spotykają się z aprobatą rówieśników. Używanie narkotyków jest częścią generalnej strategii buntu i pokoleńowej solidarności. Porzucenie narkotyków oznacza porzucenie towarzystwa, do czego młody człowiek nie chce dopuścić.
5. Ucieczka od problemów zewnętrznych – szkoła, zawyżone wymagania rodziców zawsze były udręką. Dorastanie także nie jest prostą sprawą. Dzieci mu-

---

<sup>34</sup> [www.karpik20.republika.pl](http://www.karpik20.republika.pl) [20.10.2016].

szą się uczyć samodzielnego określania i wypełniania obowiązków i odpowiedzialności. Muszą ukształtować własny system wartości. Tym procesom musi towarzyszyć eksperymentowanie, bunt i dlatego okres dorastania bywa tak bolesny. Narkotyki mogą się wydawać sposobem na uniknięcie bólu i kontynuowanie beztrudnego dzieciństwa. Nie są one ucieczką, lecz pułapką. Dzieci sięgają po narkotyki z powodu stresów, jakie przeżywają. Narkotyki pogłębiają jednak już istniejące problemy.

6. Ucieczka od problemów wewnętrznych – dzieci z trudnościami emocjonalnymi nie potrafią sobie radzić z komplikacjami, jakie niesie życie. Czynniki zwiększające ryzyko sięgania przez dzieci po narkotyki można podzielić na dwie kategorie: a) dotyczące cech decydujących o współżyciu z innymi; b) dotyczące sfery życia emocjonalnego.
7. Naśladownictwo – dzieci zażywają, bo dorośli też to robią. Istnieje większa podatność na używanie narkotyków, jeśli dzieci widziały przy tym rodziców<sup>35</sup>.

Lata szkolne to czasy bardzo gwałtownego rozwoju ciała i psychiki dziecka. Jest to bardzo ważny okres kształtujący i wpływający na całe dalsze życie młodej osoby. Szczególnie w okresie dojrzewania pojawia się wiele nowych sytuacji, zmienia się ciało, z czym czasami młodej osobie ciężko jest się pogodzić, ale również psychika; zmieniają się także poglądy i wyznawane wartości. „Pojawia się poczucie chaosu, wewnętrznego nieuporządkowania, lęk przed własnymi emocjami. Dojrzewające ciało wysyła nieznane dotąd sygnały. Budzą się potrzeby związane z kontaktem z płcią przeciwną, nasila się chwiejność psychiczna, brak zrozumienia samego siebie. Klaruje się bunt przeciwko normom starszego pokolenia”<sup>36</sup>.

„Dojrzewanie to czas, kiedy trzeba przystosować się do prawidłowego funkcjonowania w rodzinie, zrozumieć swoich rodziców i ich wymagania, zrozumieć rodzeństwo, akceptować jego prawa, dzielić obowiązki”<sup>37</sup>. W tym trudnym momencie życia i rozwoju szkoła jest miejscem, gdzie młody człowiek spotyka się masą nowych sytuacji, w których próbuje się odnaleźć, z mniejszym lub większym powodzeniem. Szczególnym momentem jest okres dojrzewania, wtedy to najwyraźniejsza staje się potrzeba akceptacji ze strony rówieśników. Chcąc się przypodobać innym, poddają się presji środowiska, chcąc dorównać albo uniknąć eliminacji ze społeczności klasowej / rówieśniczej. Niestety dotyczy to również zażywania narkotyków. W szkole dziecko spędza prawie jedną trzecią doby, gdzie ma styczność z dużą liczbą nowych osób. Szkoła zatem jest miejscem, w którym

---

<sup>35</sup> Ibidem.

<sup>36</sup> HERBERT M., *Rozwój społeczny ucznia. Poznanie potrzeb i problemów dzieci w okresie dorastania*, Gdańsk, wyd. GWP, 2004, s. 47.

<sup>37</sup> OBUCHOWSKA I., *Psychologiczne aspekty dojrzewania*, Warszawa, WSiP, 1996, s. 70.

najczęściej dokonuje się wyborów. Nikt nie rodzi się z umiejętnością dokonywania trafnych wyborów: zdobywa się ją i udoskonala w ciągu całego życia. W wieku szkolnym umiejętności dokonywania wyborów są raczej trudną sprawą, aczkolwiek bardzo ważną, mającą dalekosiężne skutki, nierzadko ważą one na całym życiu. Zestresowany, niemający odpowiedniej wiedzy, nieakceptowany, niemający szans na sprawdzenie się uczeń może dokonać niewłaściwego wyboru<sup>38</sup>.

Wśród przyczyn szerzenia się zjawiska narkomanii ze strony środowiska szkolnego wyróżnia się:

- anonimowość ucznia i poczucie alienacji;
- zbyt duża liczba klas;
- za niski poziom wiedzy psychologiczno-pedagogicznej wśród nauczycieli i wychowawców;
- szablony ocenianie ucznia nieuwzględniające wartości i konieczności zróżnicowań intelektualnych, psychicznych i fizycznych;
- brak opieki indywidualnej często wiążącej się z niedostateczną empatią kadry nauczycielskiej;
- niepowodzenia szkolne spowodowane m.in. trudnościami w przyswajaniu wiedzy przekazywanej w sposób niemetodyczny, nieinspirujący do refleksji i niemotywuujący do kodowania jej w pamięci;
- mała sieć poradni wychowawczo-zawodowych, które umożliwiłyby wcześnie określanie lub wykrywanie trudności dziecka i pomogły w działaniach profilaktyczno-reedukacyjnych<sup>39</sup>.

### **Narkomania w świetle prawa**

Dokumentem prawnym regulującym problem narkomanii jest Ustawa z dnia 29 lipca 2005 roku o zwalczaniu narkomanii. Ustawa ta określa zasady i tryb postępowania w zakresie:

- przeciwdziałania narkomanii, sposobu postępowania, a więc leczenia, rehabilitacji i reintegracji osób uzależnionych,
- nadzoru nad substancjami, których używanie może prowadzić do narkomanii,
- zwalczania niedozwolonego obrotu, wytwarzania, przetwarzania, przerobu i posiadania substancji, których używanie może prowadzić do narkomanii,

---

<sup>38</sup> Ibidem, s. 77.

<sup>39</sup> PIERZCHAŁA K., CEKIERA Cz., *Człowiek a patologie społeczne*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2009, s. 116.

- nadzoru nad uprawami roślin zawierających substancje, których używanie może doprowadzić do narkomanii<sup>40</sup>.

Rozdział 7 tej ustawy obejmuje przepisy karne, które wskazują na konsekwencje prawne w przypadku stwierdzenia kontaktu z narkotykami, m.in.:

1. Wytwarzanie, przetwarzanie albo przerabianie środków odurzających, substancji psychotropowych albo przetwarzanie słomy makowej podlega karze pozbawienia wolności do lat 3 (art. 53).
2. Wyrabianie, posiadanie, przechowywanie, zbywanie lub nabywanie przyrządów służących do niedozwolonego wytwarzania, przetwarzania lub przerobu środków odurzających lub substancji psychotropowych podlega karze grzywny, karze ograniczenia wolności lub pozbawienia wolności do lat 2 (art. 54).
3. Przewóz, wywóz, wewnątrzwspólnotowe nabycie wbrew przepisom jest również zakazane (art. 55).
4. Wprowadzanie do obrotu środków odurzających, substancji psychotropowych lub słomy makowej może być zagrożone karą nawet do 10 lat pozbawienia wolności (art. 56).
5. Udzielanie innej osobie środka odurzającego, substancji psychotropowej, ułatwienie albo umożliwienie ich użycia, albo nakłanianie do użycia takiego środka lub substancji podlega karze pozbawienia wolności do lat 3 (art. 58).
6. Jeżeli ktoś udziela innej osobie środka odurzającego, substancji psychotropowej, ułatwia albo umożliwia jej użycie takiego środka albo substancji a czerpie z tego korzyści majątkowe lub osobiste podlega karze pozbawienia wolności do lat 10 (art. 59).
7. Jeśli ktoś jest właścicielem lub zarządcą zakładu gastronomicznego, lokalu rozrywkowego i posiada wiedzę o popełnianych na terenie lokalu przestępstwach narkotykowych i o nich nie powiadamia niezwłocznie organów ścigania, może podlegać karze ograniczenia albo pozbawienia wolności do lat 2 (art. 60).
8. Należy bezwzględnie pamiętać, że posiadanie przy sobie środków odurzających, substancji psychotropowych jest w Polsce zabronione. Nawet osoba, która posiada śladowej ilości narkotyków przy sobie będzie podlegała karze pozbawienia wolności do roku (art. 62).

### **Uzależnienie od narkotyków chorobą cywilizacyjną**

Uzależnienie od narkotyków to stan psychicznej albo psychicznej i fizycznej zależności od jakiegoś środka chemicznego (narkotyku, substancji odurzających).

---

<sup>40</sup> Ustawa o zwalczaniu narkomanii z dnia 29 lipca 2005 roku (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485).

Towarzyszy mu niezwalczone pragnienie, potrzeba lub wewnętrzny przymus stałego zażywania tego środka z chęcią zdobycia go wszelkimi sposobami i za wszelką cenę. „Uzależnienie, obok uszkodzeń w sferze zdrowotnej i behawioralnej, prowadzi do powstania zaburzeń w obrębie procesów poznawczych, emocjonalnych, czego efektem jest wzrost zachowań autodestrukcyjnych, tj. utrwalone negatywne myślenie o sobie, neurotyczne poczucie winy, zachowania ryzykowne, samouszkodzenia i myśli samobójcze”<sup>41</sup>.

„Bycie uzależnionym to «uwięzienie» w następującym schemacie myślenia: przemożne jest pragnienie dokonania czegoś (...) jeśli uzależniony opiera się temu pragnieniu, lub coś stanie mu na przeszkodzie, niepokój i zaabsorbowanie tym pragnieniem stale wzrasta, natomiast realizacja tego zamiaru obniża napięcie, zaspakaja pragnienie i eliminuje potrzebę, wkrótce pojawia się ona jednak znowu (...)”<sup>42</sup>. Ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii definiuje uzależnienie od substancji psychotropowych i środków odurzających jako: „zespół zjawisk psychicznych lub somatycznych wynikających z działania środków odurzających lub substancji psychotropowych na organizm ludzki, charakteryzujący się zmianą zachowania lub innymi reakcjami psychofizycznymi i koniecznością używania stale lub okresowo tych środków lub substancji w celu doznania ich wpływu na psychikę lub dla uniknięcia następstw wywołanych ich brakiem”<sup>43</sup>.

Rozpoznanie uzależnienia opiera się na obecności co najmniej 3 spośród poniższych objawów (muszą one występować łącznie przez pewien czas):

- „głód”, silne pragnienie przyjmowania substancji;
- problemy z kontrolą zachowań związanych z przyjmowaniem substancji (ilość, początek i koniec przyjmowania);
- stosowanie substancji mimo wiedzy na temat jej szkodliwości;
- pojawienie się objawów abstynencyjnych, typowych dla danej substancji, po przerwaniu stosowania lub zmniejszeniu ilości danej substancji, lub używanie tej substancji albo substancji o podobnym działaniu, aby ograniczyć lub uniknąć zespołu abstynencyjnego;
- zjawisko tolerancji – konieczność przyjmowania coraz większych dawek, aby uzyskać efekty powodowane dotychczas przez dawki niższe;
- pogłębiające się zaniedbywanie dotychczasowych zainteresowań i rzeczy ważnych, poświęcanie coraz większej ilości czasu w celu zdobycia substancji i jej przyjmowania<sup>44</sup>.

<sup>41</sup> SZCZEPKOWSKI J., *Narkomania – choroba ciała, emocji i ducha*, Toruń, 2007, s. 47.

<sup>42</sup> ROBSON P., op. cit., s. 179.

<sup>43</sup> Ustawa o zwalczaniu narkomanii z dnia 29 lipca 2005 roku (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485).

<sup>44</sup> ROBSON P., op. cit., s. 124.



Według Jacka Woźniaka wyróżnia się trzy rodzaje uzależnień:

- Uzależnienie psychiczne – jest to stan psychiczny powstały w wyniku przyjmowania środka uzależniającego, przejawiający się w różnym stopniu pragnieniem przyjmowania tych środków. Na trwałość i nasilenie psychicznej zależności ma wpływ rodzaj środka narkotycznego, osobowość, charakter i struktura psychiczna użytkownika oraz działające na niego wpływy mikro- i makrośrodowisk.
- Zależność fizyczna lub fizjologiczna – polega na tym, że narkotyki w miarę ich zażywania, stają się chemicznym składnikiem wewnętrznych substancji organizmu i wskutek tego komórki i tkanki przyzwyczajają się do nich, narkotyk jest wówczas konieczny do zachowania równowagi biologicznej i chemicznej ustroju. Na nagłe odstawienie środka uzależniony organizm reaguje zaburzeniami; pojawia się wówczas zespół abstynencyjny, polegający na wielu przykrych zmianach w organizmie i psychice człowieka, występują np. poty, brak apetytu, drgawki, dreszcze, bezsenność, wymioty, biegunki. Z uzależnieniem fizycznym wiąże się zjawisko „tolerancji”, które polega na zwiększającej się odporności na działanie środków uzależniających w miarę czasu ich używania (występuje więc konieczność zwiększenia dawki przyjmowanego środka odurzającego).
- Uzależnienie społeczne – wiąże się z zażywaniem środków toksycznych w grupie ludzi; istotą tego zjawiska jest bardzo silne uzależnienie od grupy; często dla młodzieży wyobcowanej ze środowiska rodzinnego (działa tu więc silny motyw psychologiczno-społeczny: potrzeba afiliacji, której realizacja pociąga za sobą uzależnienie)<sup>45</sup>.

### Podsumowanie

Świat, który nas obecnie otacza, działa na zasadzie pośpiechu, jest miejscem, gdzie nie łatwo jest żyć dorosłemu, a tym bardziej młodemu człowiekowi. Nastolatek nie potrafi odnaleźć się we współczesnym świecie i z tego też powodu ucieka w świat narkotyków, by choć przez chwilę zapomnieć o otaczających go problemach, odpocząć od tego nieustannego wyścigu, rankingów i ocen. Narkotyki nie tylko pozwalają uciec od problemów, ale również dają poczucie bycia kimś lepszym, bardziej wartościowym. Tak właśnie rozumują młodzi ludzie, nie zdając sobie sprawy z zagrożeń, jakie niosą za sobą te „wspaniałe” substancje. Uważam, że sporą winę ponoszą dorośli za to, że młodzież sięga po substancje psychoaktywne. Jako społeczeństwo zatraciliśmy umiejętność rozmowy. Niestety coraz częściej wychowanie dzieci sprowadza się tylko do zabezpieczenia potrzeb materialnych. A przecież każdy człowiek potrzebuje rozmowy, zrozumienia, bliskości drugiej

---

<sup>45</sup> WOŹNIAK J., CZEKAJ K., *Narkomania jako choroba*, „Problemy Narkomanii”, 2000, nr 1, s. 230.

osoby. Również szkoła, która jako placówka dydaktyczno-wychowawcza stała się przede wszystkim dydaktyczna, przekazująca wiedzę i egzekwująca jej opanowanie. Brak w niej rozmów, uświadamiania uczniów o niebezpieczeństwach, jakie zagrażają nam po stosowaniu substancji odurzających.

Narkomania stała się w ostatnich latach bardzo ważnym problemem społecznym. Dotyka coraz to szerszej grupy ludzi, już nie tylko ze środowisk marginalnych, ale i ludzi pracujących, uczących się, z wyższym wykształceniem. Młodzież coraz chętniej sięga po środki odurzające w pogoni za modą i chęcią dorównania innym. Przełamane zostają bariery wstydu, zahamowania, narkotyki doszły już wszędzie, nawet do szkół, a więc do miejsc, które wydawały się kiedyś bezpieczne. Narkotyki stały się popularne i ciężko ustrzec przed nimi młodych, ciekawych świata i żądnych doświadczeń ludzi. Zwykła rozrywka przestała być modna, dziś potrzeba ostrzejszych wrażeń, a te, według młodzieży, może zapewnić tylko narkotyk. W dzisiejszej szkole niewiele jeszcze mówi się o problemach, które trapią współczesną młodzież. Działania profilaktyczne pozostawiają wciąż wiele do życzenia, jest to pole, na którym należałoby skupić większą uwagę.

Młodemu pokoleniu często brakuje wzorców do naśladowania, sposobów konstruktywnego wykorzystania czasu wolnego, pomysłów na życie czy perspektyw na przyszłość. Przyczyn tego stanu jest bardzo wiele. Młodzi ludzie często podejmują inicjację narkotykową za namową kolegów. Z drugiej strony w okresie dojrzewania pojawia się wiele nowych sytuacji, zmieniające się ciało, poglądy, postrzeganie własnej osoby czy budowanie własnego wizerunku, pragnienie bycia akceptowanym przez grupę rówieśników; wszystko to prowadzi do sięgania po „antidotum”, którym jest według młodzieży narkotyk. Częstym podłożem do sięgania po środki odurzające stają się konflikty i problemy rodzinne. Wymagania stawiane przez rodziców mogą przerosnąć młodego człowieka, wyrabiając w nim poczucie wyobcowania i niespełnienia.

Młodzi ludzie wydają się nie postrzegać faktu szerzącej się narkomanii jako problemu społecznego. Często przyjmują obojętną postawę wobec zjawiska. Wielu z nich w odpowiedzi na pytania zawarte w ankiecie albo nie miało zdania, albo wcale nie interesował ich problem. Badana młodzież podzieliła się jakby na dwie grupy, pierwsza zażywająca narkotyki, mająca kolegów, którzy też stosują środki odurzające, potrafiła wymienić skutki zażywania narkotyków, a mimo wiedzy nadal decyduje się na korzystanie z narkotyków. Druga zaś niestosująca narkotyków przyjęła bardziej pasywną postawę, wręcz obojętną. Być może temat jest im obcy i nie uważają, by mógł stanowić większy problem społeczny, o którym warto wspominać. Część młodzieży zażywającej narkotyki przyznaje, że zdarzyło im się robić rzeczy, których by w normalnych warunkach nie zrobili. To może prowadzić do wielu negatywnych skutków, często ważących na dalszych losach młodego człowieka.

Wiedza na temat narkotyków najczęściej pochodzi z mass mediów. Internet czy telewizja nafaszerowane są programami, informacjami o narkotykach, nierazdo mylnymi, dającymi zakrzywiony obraz rzeczywistości. To sprawia, że młodzież, bombardowana nierzetelnymi informacjami, dokonuje złych wyborów. Dzisiejsze portale społecznościowe również przyczyniły się do szerzenia negatywnych zjawisk, wzrostu przestępczości, alkoholizmu czy wreszcie narkomanii. Większość „chwali się”, dodając kolejne zdjęcie czy komentarz, często z różnego rodzaju imprez, czyli miejsc, gdzie najczęściej można spotkać narkotyki. Młodzi nie kryją się nawet z faktem, że na danym zdjęciu są pod wpływem alkoholu czy innego środka odurzającego, wręcz przeciwnie, nieodzowny komentarz potwierdza załączony obrazek. Jest to moda i trend, za którym nieuchronnie podążają młodzi ludzie. Telewizja również nie pozostaje bez winy. W ostatnich latach wiele znanych ludzi ze świata rozrywki, show biznesu czy polityki przyznaje się do stosowania narkotyków. Niektóre ugrupowania polityczne także opowiadają się za legalizacją marihuany, a jej liderzy publicznie przyznają się do jej stosowania. Czy wobec takich poglądów oraz informacji dochodzących z mass mediów młodzież może pozostać bierna? Trudno jest więc się dziwić, że młodzież bierna nie pozostaje, sięga po narkotyki i dostaje na to przyzwolenie społeczeństwa.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- BOŻEJEWICZ W., JĘDRZEJKO M., *Narkotyki i narkomania: zjawisko – charakterystyka – zagrożenia*, Warszawa, Fundacja Pedagogium, 2007.
- CEKIERA Cz., *Psychoprofilaktyka uzależnień oraz terapia i resocjalizacja osób uzależnionych*, Lublin, Towarzystwo Naukowe KUL, 1992.
- DIMOFF T., CARPER S., *Jak rozpoznać, czy dziecko sięga po narkotyki*, Warszawa, Wydawnictwo Elma Books, 1993.
- GOSSOP M., *Narkomania. Mity i rzeczywistość*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN, 1993.
- GOSSOP M., *Nawroty w uzależnieniach*, Warszawa, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, 1997.
- HERBERT M., *Rozwój społeczny ucznia. Poznanie potrzeb i problemów dzieci w okresie dorastania*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2004.
- JABŁOŃSKI P., JĘDRZEJKO M., *Narkotyki i paranarkotyki (perspektywa polska)*, Warszawa, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie, Mazowieckie Centrum Profilaktyki i Uzależnień, 2011.
- KARPOWICZ P., *Narkotyki. Jak pomóc człowiekowi i jego rodzinie*, Białystok, Kreator, 2002.
- KOTAŃSKI M., *Ty zaraziłeś ich narkomanią*, Warszawa, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 1984.
- KRUSZEWSKA S., *Narkotyki i środki odurzające*, Łódź, IMP, 1998.
- MAKIEIWCZ A., *Narkotykowe dylematy*, Koszalin, Wydawnictwo Bog&Art, 1999.

- MALEWSKA-MONETA M., *Narkotyki w szkole i w domu. Zagrożenie*, Warszawa, Towarzystwo Wydawnicze i Literackie, 2001.
- MAXWELL R., *Dzieci, alkohol, narkotyki*, Gdańsk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2003.
- OBUCHOWSKA I., *Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców*, Warszawa, WSiP, 1982.
- OBUCHOWSKA I., *Psychologiczne aspekty dojrzewania*, Warszawa, WSiP, 1996.
- PETROVIĆ P., *Narkotyki i człowiek*, Warszawa, Państwowe Wydawnictwo Iskry, 1998.
- PIERZCHAŁA K., CEKIERA Cz., *Człowiek a patologie społeczne*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2009.
- PIOTROWSKI J., *Podstawy toksykologii*, Warszawa, Wydawnictwo Naukowo-Techniczne, 2008.
- ROBSON P., *Narkotyki*, Kraków, Wydawnictwo Medycyna Praktyczna, 1997.
- SZCZEPKOWSKI J., *Narkomania – choroba ciała, emocji i ducha*, Toruń 2007.
- SZCZEPKOWSKI J., *Terapia młodzieży z problemami narkotykowymi*, Toruń, Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, 2010.
- SZUKALSKI B., *Narkotyki – kompendium wiedzy o środkach uzależniających*, Warszawa, Instytut Psychiatrii i Neurologii, 2005.
- WOŹNIAK J., CZEKAJ K., *Narkomania jako choroba*, „Problemy Narkomanii”, 2000, nr 1.
- WRONA J., *Narkotyki, narkomania*, Kraków, Pomoc Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2007.
- ZAJĄCZKOWSKI K., *Nikotyna, alkohol, narkotyki – profilaktyka uzależnień*, Kraków, Wydawnictwo Rubicon, 2001.

#### **NETOGRAFIA**

[www.forum.narkotyki.pl](http://www.forum.narkotyki.pl)

[www.narkomania.dobre-kosmetyki.eu/przyczyny\\_narkomani](http://www.narkomania.dobre-kosmetyki.eu/przyczyny_narkomani)

[www.narkomania.org.pl/czytelnia/](http://www.narkomania.org.pl/czytelnia/)

[www.policja.koszalin.pl](http://www.policja.koszalin.pl)

[www.wikipedia.org/wiki/Morfina](http://www.wikipedia.org/wiki/Morfina)

#### **AKTY PRAWNE**

Ustawa o zwalczaniu narkomanii z dnia 29 lipca 2005 roku (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485).

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

- 1. Temat zajęć:**

Narkotyki wrogowie emocji.
- 2. Czas trwania zajęć:**

90 minut.
- 3. Cel główny:**
  - Uświadomienie uczniom konsekwencji zażywania narkotyków.
- 4. Cele szczegółowe:**
  - Zapoznanie uczniów z rodzajami narkotyków.
  - Kształtowanie wiedzy na temat mechanizmów uzależnienia.
  - Doskonalenie umiejętności wyrażania emocji we właściwy, zdrowy sposób.
- 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:**
  - Rodzaje narkotyków – wszystkie są niebezpieczne, mit podziału narkotyków na słabe i mocne.
  - Mechanizm uzależnienia, krucha granica przejścia.
  - Konsekwencje biologiczno-psychologiczno-społeczne zażywania narkotyków.
  - Rodzaje emocji i właściwe sposoby ich wyrażania – jako element profilaktyki choroby uzależnienia.
- 6. Metody realizacji zajęć:**
  - Metody podające: pogadanka, wykład konwersatoryjny, prezentacja multimedialna,
  - Dyskusja poprowadzona metodą Osborna,
  - Metody waloryzujące: metoda impresyjna.
- 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:**
  - Laptop,
  - Rzutnik,
  - Głośniki,
  - Płyta z filmem,
  - Kartki A 4, długopisy,
  - Małe karteczki,
  - Symboliczna buźka z papieru,
  - Tablica, pisaki.
- 8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Przywitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami słowami: „Witam wszystkich wyspanych i tych, którzy jeszcze odpoczęliby troszkę, witam wszystkich chętnych do pracy i tych, którzy woleliby spędzić ten czas inaczej. Zapraszam na nasze spotkanie”
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoliki zsunięte pod ścianę

Treści kształcenia	Rodzaje narkotyków oraz mechanizm uzależnienia
Metody realizacji	Wykład konwersatoryjny, prezentacja multimedialna
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza w temat zajęć. Przedstawia rodzaje narkotyków, obalając mit podziału narkotyków na słabe i mocne – wszystkie są jednakowo szkodliwe, a granica przejścia z jednego narkotyku na inny bardzo krucha. Wyjaśnia na czym polega mechanizm uzależnienia
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Konsekwencje zażywania narkotyków
Metody realizacji	Metoda Osborna
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Karki A 4, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na grupy 5-osobowe i prosi o opracowanie wszystkich znanych młodzieży konsekwencji zażywania narkotyków

Czynności uczestników	Uczniowie pracują w grupach
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą w stanowiska robocze

Treści kształcenia	Konsekwencje zażywania narkotyków oraz ich destrukcyjne działanie na świat ludzkich emocji
Metody realizacji	Metoda waloryzacyjna – impresyjna
Czas trwania	30 minut
Materiały do zajęć	Laptop, głośniki, płyta z filmem, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel odtwarza krótki film, którego bohater, narkoman niebio-rący narkotyków od 10 lat, który opowiada o swoich doświadczeniach, następnie zapowiada gościa, na salę wchodzi bohater filmu. Nauczyciel prosi uczniów o zadanie pytania gościowi
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają film. Uczniowie witają gościa, wywiązuje się dyskusja, po kolei zadają pytania
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Przykłady i klasyfikacja emocji
Metody realizacji	Pogadanka, metoda Osborna, wypowiedzi ustne
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zaprasza do wspólnej gry edukacyjnej: „Świat emocji”. Zachęca do swobodnego wypowiedzania wszystkich znanych im emocji, które zapisuje na tablicy
Czynności uczestników	Uczniowie uczestniczą aktywnie w grze edukacyjnej
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Sposoby uwalniania nieprzyjemnie emocji jako profilaktyka uzależnienia
--------------------	--

Metody realizacji	Pogadanka, papierowe 'słoneczko', wypowiedzi ustne
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Małe karteczki, długopisy, symboliczny buźka słońca
Czynności prowadzącego	Nauczyciel informuje, że nie ma emocji złych, są tylko przyjemne i nieprzyjemne. Rozdaje wszystkim małe karteczki, na których każdy zapisuje swoje sposoby na radzenie sobie z nieprzyjemnymi uczuciami. Następnie każdy omawia swoje sposoby i odkłada karteczkę (promyczek) do 'słoneczka', które na środku położył nauczyciel. W ten sposób wspólnie opracowana zostaje strategia
Czynności uczestników	Uczniowie wypisują na kartkach swoje pomysły, a następnie po kolei dzielą się z innymi swoimi propozycjami i dokładają promyczki do 'słoneczka'
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Podsumowanie zdobytej wiedzy
Metody realizacji	Pogadanka, wypowiedzi my ustne – rundka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, prosi uczniów o krótkie wypowiedzi w rundce: Co wyniosłeś z dzisiejszych zajęć? Nauczyciel dziękuje za zaangażowanie, gościowi za przybycie
Czynności uczestników	Uczniowie w rundce udzielają krótkich wypowiedzi na zadane pytanie, a następnie żegnają się z nauczycielem i gościem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedź ustna uczestników zajęć



Karolina Osak  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## PROBLEM DOPALACZY WŚRÓD MŁODZIEŻY SZKOLNEJ

### Wprowadzenie

W okresie ostatnich kilku lat w naszym kraju dużo mówiło się o tzw. dopalaczach. Głośno było o nich w telewizji, Internecie, szkołach, a przede wszystkim w instytucjach rządowych oraz w Sejmie. Stały się one ważnym tematem medialnym ze względu na ujawnione przypadki ciężkich powikłań zdrowotnych po ich zażyciu. Informacje o zagrożeniach związanych z ich zażywaniem pojawiały się jednak dużo wcześniej. Władze naszego kraju rozpoczęły walkę z dopalaczami w 2010 roku. Jak się okazało, była to również walka o zdrowie i życie tysięcy ludzi. Wówczas zamkniętych zostało wiele sklepów z dopalaczami, a problem przestał być tak żywy w środkach masowego przekazu jak wcześniej. Jednak obecny jest on nadal. Substancje te mogą być bowiem obecnie dostępne w sklepach internetowych, a także na nielegalnym rynku, przez co temat ten wciąż wymaga dyskusji. Jeszcze kilka lat temu nazwa ta nie była znana. Obecnie świat narkotykowy zmienia się szybciej niż polskie prawo, dlatego walka z substancjami psychoaktywnymi jest bardzo trudna.

Na dopalacze narażona jest zwłaszcza młodzież szkolna borykająca się z problemami życia codziennego, które niejednokrotnie ją przerastają. Chęć zaimponowania kolegom, wkupienia się w łaski dominującej grupy niejednokrotnie związana jest z sięganiem po używki. Wielkim problemem jest to, że przez dopalacze setki tysięcy nowych konsumentów zaczęło sięgać po substancje psychoaktywne. Niestety po raz kolejny wiara w substancje psychoaktywne i ich zbawienne działanie przyniosły niejednokrotnie tragiczne konsekwencje.

### Definicja dopalaczy oraz ogólna charakterystyka problemu

Przemysł narkotykowy przynosi ogromne zyski. Rozwój tego przemysłu jest jednak hamowany przez działania instytucji państwowych oraz ważnych insty-

tucji międzynarodowych. Branża narkotykowa we wszystkich krajach Unii Europejskiej hamowana jest przez tzw. politykę antynarkotykową. Przepisy prawa są w sposób ciągły aktualizowane, tak aby nadążać za szybko rozwijającym się przemysłem narkotykowym. Coraz większa skuteczność monitoringu granic państwa, jak również ściganie dilerów i producentów narkotyków powodują utrudnienie rozwoju przemysłu oraz utraty zysków producentów i handlarzy. Tak właśnie powstały dopalacze. Przemysł narkotykowy wprowadził nowe środki, które nie figurują na liście substancji zabronionych, a dopalacze są właśnie próbą ominięcia przepisów prawa.

Termin *dopalacze* nie posiada charakteru naukowego. Jest to pojęcie potoczne, określające grupę różnych substancji lub ich mieszanek o rzekomym bądź faktycznym działaniu psychoaktywnym. Ogólnie definiuje się je jako legalne narkotyki. W Polsce przyjęła się potoczna nazwa *dopalacze* dla różnego rodzaju substancji psychoaktywnych, które – przynajmniej do niedawna – nie znajdowały się bądź nadal nie są uwzględnione na liście środków chemicznych kontrolowanych przez ustawę o przeciwdziałaniu narkomanii. Spożycie ich ma na celu wywołanie efektu zbliżonego lub identycznego z działaniem narkotyków.

W Polsce w 2010 państwo wypowiedziało wojnę handlarzom dopalaczami. Zostały wówczas wprowadzone zmiany w ustawie o przeciwdziałaniu narkomanii oraz ustawie o państwowej inspekcji sanitarnej. Znowelizowana ustawa o przeciwdziałaniu narkomanii określa dopalacze mianem środka zastępczego, czyli „substancję pochodzenia naturalnego lub syntetycznego w każdym stanie fizycznym lub produkt, roślinę, grzyba lub ich część, zawierające taką substancję, używane zamiast środka odurzającego lub substancji psychotropowej, lub w takich samych celach jak środek odurzający lub substancja psychotropowa, których wytwarzanie i wprowadzanie do obrotu nie jest regulowane na podstawie przepisów odrębnych”<sup>1</sup>.

Problem dopalaczy nie dotyczy wyłącznie naszego kraju. Z dopalaczami walczą z różnym skutkiem rządy większości krajów Unii Europejskiej, USA i Kanady. W literaturze międzynarodowej omawiane środki są znane pod nazwą *designer drugs* (niem. *designerdroge*) czy też *recreational drugs*<sup>2</sup>, *legal highs*, *smarts*, *herbal high* i *boosters*<sup>3</sup>.

Problem dopalaczy bardzo często dotyczy uczniów. Handlarze dopalaczami nie gardzą żadnym klientem, jednak ich główną grupą docelową są ludzie młodzi.

<sup>1</sup> Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii, (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485).

<sup>2</sup> BALL S., ZIĘBA H.R., *Stop dopalaczom – pozory legalności i narkotykowy charakter dopalaczy*, Warszawa, wyd. Medyk, 2011, s. 7.

<sup>3</sup> WRONA J., *Dopalacze – demony naszych czasów*, Częstochowa, Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2010, s. 7.

Przyznał to w rozmowie z *Gazetą Wyborczą* w Białymstoku rzecznik prasowy sieci sklepów należących do firmy World Wide Supplements Importer – Piotr Domański: „Jedni kolekcjonują znaczki, inni mogą zbierać fajki wodne, zioła i wszystko, co jest związane z dobrą zabawą. Bo właśnie nasza oferta jest skierowana do ludzi młodych i lubiących się dobrze zabawić”<sup>4</sup>. Słowa rzecznika powstałej w 2010 roku sieci stacjonarnych sklepów z dopalaczami potwierdza analiza topograficzna sklepów z dopalaczami, która udowadnia, że właściciele sklepów w sposób szczególnie upodobali sobie młodzież szkolną. Z artykułu z września 2010 roku, dla *Gazety Współczesnej* wynikało, że: „w Suwałkach funkcjonują trzy sklepy z dopalaczami. Dwa z nich są w sąsiedztwie szkół. Wszystkie punkty powstały w czasie minionych wakacji. I wszystkie, jak twierdzą mieszkający w pobliżu ludzie, nie narzekają na brak klientów”<sup>5</sup>. W artykule można również przeczytać, że „w Augustowie są dwa sklepy, gdzie można kupić środki psychoaktywne. Oba także funkcjonują obok placówek oświatowych”<sup>6</sup>. Są to przykłady artykułów z 2010 roku. Od tego czasu wiele sklepów z dopalaczami zostało zamkniętych. Nie brakuje jednak nadal informacji o nowych sklepach z tymi środkami. Pod koniec stycznia 2014 roku głośno było w mediach o sklepie znajdującym się tuż przed placówką szkolną w Wałbrzychu. W którym to sprzedawczyni jasno wyrażała się o swoim asortymencie: „Mamy proszek, mamy zielone do palenia. Tylko to mamy na razie... Mamy tylko za 40 zł proszek”. Ekspedientka śmiało tłumaczyła klientowi, że biały proszek jest lepszy niż amfetamina<sup>7</sup>. Sklep ten został zamknięty 31 stycznia 2014 roku.

## Historia dopalaczy w Polsce

Do momentu szybkiego rozwoju sklepów z dopalaczami informacje o nowych substancjach najczęściej pojawiały się dużo wcześniej w innych krajach Unii Europejskiej, m.in. w Hiszpanii czy u zachodnich sąsiadów. Substancje, które trafiały do Polski, najczęściej były już wcześniej poddawane pełnej ocenie ryzyka na poziomie europejskim w ramach działalności Systemu Wczesnego Ostrzegania o Nowych Narkotykach. Rozwój komunikacji elektronicznej oraz wolnego handlu w krajach członkowskich Unii Europejskiej doprowadził jednak do zdecydowanego przyspieszenia handlu dopalaczami oraz wzorów ich używania w Europie.

<sup>4</sup> DOMANOWSKA A., *Funshop z legalną alternatywą w Białymstoku*, [http://bialystok.gazeta.pl/bialystok/1,35235,5726587,Funshop\\_z\\_legalna\\_alternatywa\\_w\\_Bialymstoku.html](http://bialystok.gazeta.pl/bialystok/1,35235,5726587,Funshop_z_legalna_alternatywa_w_Bialymstoku.html) – [01.10.2016].

<sup>5</sup> RZATKOWSKA B., *To są ofiary dopalaczy! Codziennie ktoś trafia do szpitala*, <http://www.wspolczesna.pl/apps/pbcs.dll/article?AID=/20100915/REG11/440405920> [01.05.2013].

<sup>6</sup> Ibidem.

<sup>7</sup> PAWLUKIEWICZ A., *Dopalacze wróciły przed szkołę. „Proszek jest lepszy niż amfetamina”* [materiał firmowy], <http://www.tvn24.pl/wroclaw,44/dopalacze-wrocily-przed-szkole-proszek-jest-lepszy-niz-amfetamina,393235.html> [01.10.2016].

Według Centralnego Biura Śledczego dopalacze coraz częściej sprowadzane były z Azji, głównie z Chin i Tajlandii, oraz z Kanady i Ameryki Południowej. Substancje przylatujące do Polski w ilościach hurtowych były wprawdzie badane przez celników i wspierających działania antynarkotykowe agentów Centralnego Biura Śledczego, jednak będące w ich dyspozycji narkotesty nie były w stanie ustalić składu preparatów. Według agentów Centralnego Biura Śledczego dopalacze zawierają najczęściej składniki nieznanne polskim laborantom, które nie figurują na liście substancji zakazanych. Pomimo wiążącego się z ich spożyciem zagrożenia dla życia i zdrowia ludzi celnicy nie mogą ich rekwirować<sup>8</sup>.

Szeroki asortyment dopalaczy udowodnił, że problem nie jest spontanicznym pomysłem pewnej grupy osób, lecz jest dobrze zaplanowanym długofalowym przedsięwzięciem. Klienci posiadają bowiem wielki wybór produktów oraz akcesoriów do ich spożywania. Cena najtańszych używek oscylowała ok. 20 zł za sztukę.

Zdumiewający jest fakt, że jeszcze kilka lat temu w Polsce o dopalaczach nic nie mówiono i nie pisano. Rynek dopalaczy w Polsce rozpoczął się w 2006 r. w Internecie<sup>9</sup>. Nie istniały wówczas sklepy stacjonarne. Sprzedaż tych środków dokonywana była za pośrednictwem znanych portali aukcyjnych oraz w sklepach internetowych i była sprzedażą wysyłkową. Zjawisko miało wówczas ograniczony charakter. Pierwszy w Polsce sklep stacjonarny oferujący dopalacze uruchomiono w 2008 roku. W innych krajach Europy, przede wszystkim w Wielkiej Brytanii, Niemczech i Holandii, działały one kilka lat wcześniej<sup>10</sup>. Rozwój handlu dopalaczami osiągnął niepokojące rozmiary na początku 2008 roku. Pojawiły się wówczas informacje o stronie internetowej prezentującej sklep, który jako pierwszy w Polsce oferował w sprzedaży wysyłkowej legalne substancje psychoaktywne<sup>11</sup>.

Ów pierwszy stacjonarny sklep z dopalaczami rozpoczął działalność w Polsce w Łodzi 30 sierpnia 2008 roku. Należał on do zarejestrowanej w Manchesterze spółki *World Wide Supplements Importer*<sup>12</sup>. Od tej pory działalność handlarzy dopalaczami przeniosła się z Internetu do sklepów stacjonarnych – niejednokrotnie w pobliże szkół. Fakt ten wywołał szeroką debatę społeczną i wzbudził zainteresowanie mediów, społeczności lokalnej oraz władz. Okazało się, że nie ma prawnych instrumentów pozwalających na zamknięcie sklepów. Oferowane produkty sprzedawane były pod szyldem wyrobów kolekcjonerskich.

<sup>8</sup> WARECKI K., *Dopalacze*, Radom, Polskie Wydawnictwo Encyklopedyczne, 2010, s. 24.

<sup>9</sup> Ibidem, s. 20.

<sup>10</sup> MACANDER D., *Dopalacze*, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa (bez roku wydania), s. 2.

<sup>11</sup> WARECKI K., op. cit., s. 20.

<sup>12</sup> Ibidem.

Do końca 2008 roku w Polsce funkcjonowało 50 sklepów. W kolejnych latach, w 2008 i 2009 roku, liczba sklepów wzrosła do prawie 1400<sup>13</sup>. Rynek dopalaczy osiągnął swoją dynamikę w 2010 roku. Wówczas w samej Łodzi działało ponad 50 takich sklepów. Dopalmce stały się problemem na skalę kraju, stąd istniała pilna konieczność legislacji tego zjawiska. Zostały wówczas dokonywane kontrole przez Głównego Inspektora Sanitarnego. W województwie śląskim skontrolowano 152 działające tam sklepy, z których w trybie natychmiastowym zamknięto 114. Pozostałe 38 sklepów poddano dalszej kontroli w celu znalezienia nieprawidłowości dotyczących zakazanych substancji.

### Dopalacze w świetle prawa w Polsce

Problem dopalaczy dotyczy najczęściej ludzi młodych. Młodzież szkolna mogła wejść bez dowodu i bez legitymacji do sklepu oferującego te substancje i kupić je. BOWIEM to, co nie jest zakazane, może być sprzedawane w legalnie działających sklepach. Dopalmce stanowią zagrożenie również dla bezpieczeństwa ruchu drogowego. Policjanci niejednokrotnie alarmowali, że kierowcy jeżdżący po spożyciu dopalaczy są bezkarni, ponieważ substancje, z których składają się dopalmce nie znajdują się na liście środków zakazanych do spożycia. Tak więc i alkomaty, i narkotesty nie wykrywały obecności tych substancji. Przeciwko dopalmcom gromadziło się coraz więcej argumentów – konieczne więc było zaprzestanie szerzenia się tego przemysłu.

W efekcie prawnych niejasności działania rządu zostały ograniczone do zakazywania poszczególnych narkotycznych substancji, używanych do produkcji dopalaczy. 20 marca 2009 roku weszła w życie nowelizacja ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii, zakazująca handlu substancjami zawierającymi 18 substancji pochodzących z roślin występujących w Ameryce Południowej oraz Azji. 25 sierpnia 2010 roku zdelegalizowano m.in. mefedron – bardzo popularny wśród dopalaczy stymulant podobny działaniem do amfetaminy<sup>14</sup>. Niestety producenci dopalaczy szybko zastąpili zakazane substancje ich modyfikacjami. Chemicznych substancji oraz kombinacji możliwych do stworzenia nowych środków psychoaktywnych jest bowiem bardzo wiele. Ciężko w ten sposób było nadążyć za tym, aby każda substancja niekorzystanie działająca na organizm człowieka, o każdym składzie chemicznym, była w porę wpisana na listę środków zakazanych ustawą.

8 października 2010 roku Sejm w trybie pilnym przyjął projekt ustawy o zmianie ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii oraz ustawy o Państwowej Inspekcji

---

<sup>13</sup> *Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych – trzy lata zwalczania dopalaczy w Polsce*, Warszawa, Główny Inspektorat Sanitarny, 2013, s. 4.

<sup>14</sup> WARECKI K., op. cit., s. 82.

Sanitarnej. Na mocy wprowadzonych zmian ustawa zakazała handlu dopalaczami. Projekt wprowadził definicję, która zakazuje wytwarzania substancji i obrotu nią ze względu na jej działanie, a nie jej skład, jak to było wcześniej. Za wytwarzanie i obrót dopalaczami będzie grozić kara nawet do miliona złotych<sup>15</sup>. Pomimo zastrzeżeń wielu prawników i wątpliwości ekspertów dokładnie miesiąc później prezydent Bronisław Komorowski podpisał nowelizację obu ustaw.

„Antydopalaczowa” ustawa oficjalnie weszła w życie 26 listopada 2010 roku. Nadała ona dopalaczom oficjalną nazwę *środki zastępcze*. Nowelizacja ustawy zakazuje wytwarzanie i wprowadzanie do obrotu *środków zastępczych* na terytorium Polski. Nowelizacja przewidziała zakaz udostępniania osobom małoletnim substancji, których użycie może narazić na niebezpieczeństwo utraty życia lub zdrowia. Ponadto wprowadzony został również zaraz reklamy skjarzeniowej. Niedozwolone jest reklamowanie produktów poprzez sugerowanie, że mają one działanie podobne do środków odurzających lub substancji psychotropowych.

Niezależnie od zmian w ustawie o przeciwdziałaniu narkomanii istotny jest artykuł 165 § 1 pkt 2 Kodeksu karnego, zgodnie z którym „kto sprowadza niebezpieczeństwo dla życia lub zdrowia wielu osób albo dla mienia w wielkich rozmiarach, wyrabiając lub wprowadzając do obrotu szkodliwe dla zdrowia substancje, środki spożywcze lub inne artykuły powszechnego użytku lub też środki farmaceutyczne nieodpowiadające obowiązującym warunkom jakości, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8”<sup>16</sup>.

### Przyczyny zażywania dopalaczy

Zawsze, gdy mowa jest o alkoholu, narkotykach czy innych substancjach psychoaktywnych, powstaje fundamentalne pytanie: „dlaczego ludzie sięgają po tego typu substancje?”. Po dopalacze sięgają zwłaszcza ludzie młodzi, często nawet mając wiedzę o destrukcyjnym działaniu środków narkotycznych na człowieka. Co więc jest przyczyną ignorowania wszelkich przestróg ze strony środowiska szkolnego czy też domowego? Odpowiedź na to pytanie nie jest prosta. Ma jednak najczęściej związek z okresem dojrzewania młodego człowieka. Okres dojrzewania z pośród wszystkich faz rozwoju człowieka jest czasem szczególnym. Daje on wiele nowych możliwości, ale jest zarazem okresem dużych zmian w życiu. Niejednokrotnie zmiany te związane są ze zmianą środowiska szkolnego, zmianą

<sup>15</sup> *Sejm zakazał dopalaczy* [materiał filmowy], [http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/sejm-zakazal-dopalaczy,268960.html?playlist\\_id=17182](http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/sejm-zakazal-dopalaczy,268960.html?playlist_id=17182) [02.10.2016].

<sup>16</sup> *Raport w sprawie dopalaczy – nowych narkotyków*, Warszawa, Państwowa Inspekcja Sanitarna, 2011, s. 21.

towarzystwa oraz przede wszystkim zmianą w organizmie młodego człowieka. Zmiany fizyczne idą w parze ze zmianami w psychice. Rosną także wymagania społeczne. Zwiększa się zakres odpowiedzialności, samodzielności, zmianom ulega system wartości.

Młodzi ludzie czują potrzebę usamodzielnienia się, uwolnienia od rodziców, odczuwają jednocześnie chęć doświadczenia wolności. Młodzież ma również ogromną potrzebę upodobniania się do swoich rówieśników. Człowiek w wieku dojrzewania, chcąc być akceptowanym, zwykle nie robi niczego odmiennego od swoich rówieśników. By wkupić się w łaski dominującej grupy, jest w stanie zrobić wiele nawet wbrew swoim wewnętrznym zasadom.

Do przyczyn zażywania dopalaczy można zaliczyć: zaburzenia emocjonalne i związaną z nimi podatność na uzależnienia, nerwice, stres, sprzeciw wobec określonym normom i wartościom, niekorzystne oddziaływanie środowiska szkolnego i rodzinnego oraz różnorodne niepowodzenia w życiu. Na zażywanie dopalaczy może mieć wpływ również określona moda, zbyt mała ilość rozrywek, ciekawość, chęć zaimponowania, zainteresowanie nowymi wrażeniami i poszukiwanie coraz silniejszych wrażeń, próba pokazania, że jest się niezależnym od środowiska dorosłych. Częstą przyczyną narkotyzowania się nieletnich jest brak wiedzy o środkach odurzających.

### **Dostępność nielegalnych używek**

Omawiane substancje – substytuty narkotyków – sprzedawane były legalnie w specjalistycznych sklepach lub przez Internet. Te sprzedawane legalnie nie zawierają w swoim składzie substancji uznanych przez ustawę o przeciwdziałaniu narkomanii i ustawę o substancjach trujących za środki odurzające, substancje psychotropowe bądź trucizny. Młodzież szkolna, jeśli jest zainteresowana kupnem, nie ma większego problemu z pozyskaniem dopalaczy.

Obecnie nie do przyjęcia są przyciągające oko, kolorowe szyldy z napisem np. „Ziółka, sole, tabsy” (Rys. 1) czy innymi hasłami kojarzącymi się narkotykami. Punkty zlokalizowane często w sąsiedztwie szkół zachęcały młodzież do zakupu.

Specyfiki sprzedawane w sklepach z dopalaczami figurowały jako przedmioty kolekcjonerskie, sole do kąpiei, nawozy dla roślin, a nawet jako ozdoby choinkowe<sup>17</sup>. Reklamowane są również jako m.in. *smart drugs* („sprytne substancje, zwiększające spryt i inteligencję”) – usprawniające pamięć, koncentrację uwagi. Taka reklama zachęcała młodzież do spróbowania.

---

<sup>17</sup> WARECKI K., op. cit., s. 45.



Rysunek 1. Sklep sprzedający dopalacze

Źródło: <http://boskiateista.pl/mlodziez-pomodli-sie-o-likwidacje-dopalaczy/> [2.10.2016].

Przykładem manipulacji sprzedawców poprzez mówienie o rzekomej nieszkodliwości dopalaczy jest rozmowa reportera portalu [nowiny24.pl](http://nowiny24.pl) z Piotrem Domańskim, rzecznikiem prasowym największej sieci sklepów z dopalaczami w Polsce. Na pytanie reportera „co to są dopalacze”, rzecznik odpowiada „dopalacze są alternatywą dla niebezpiecznych i pochodzących z niewiadomego źródła substancji narkotycznych. Na nasze zlecenie zostały przebadane przez Polskie Towarzystwo Kryminalistyczne na obecność substancji zakazanych. Żadne z tych badań nie wykazało niedozwolonych związków. Dopalacze są sprzedawane tylko i wyłącznie osobom pełnoletnim... Dopalacze ponadto produkowane są w warunkach zbliżonych do produkcji leków, co oznacza, że ich skład jest zawsze taki sam, a dzięki temu są bezpieczne... Dopalacze są produktami kolekcjonerskimi, nie do spożycia przez ludzi. My zalecamy kolekcjonowanie dopalaczy”<sup>18</sup>. Taka argumentacja, choć jest dobrze zakamuflowana, wzbudza zaufanie u młodzieży i na pewno skłoniła niejedną osobę do zakupu dopalaczy. Na każdym opakowaniu środków psychoaktywnych są umieszczane napisy: „materiał do kolekcji” czy „środek nie nadaje się do spożycia”.

Skupiając się na dostępności sklepów z dopalaczami, warto przedstawić dane dotyczące licznych kontroli Państwowej Inspekcji Sanitarnej. Tabela 1 przedstawia liczbę kontroli, nałożone kary pieniężne oraz liczbę ujawnionych podmiotów wprowadzających do obrotu *środki zastępcze* w latach 2011–2013.

<sup>18</sup> <https://www.youtube.com/watch?v=gNZIdOnw31g> [02.10.2016].



Tabela 1 ukazuje, że zwiększyła się liczba kontroli sklepów z dopalaczami, tym samym ujawniono więcej podmiotów gospodarczych handlujących tymi środkami oraz nałożono na nie kary.

Tabela 1. Podsumowanie działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej w sprawie *środków zastępczych* w okresie 2011–2013

Rok	Liczba kontroli	Nałożone kary w PLN	Liczba ujawnionych podmiotów wprowadzających do obrotu środki zastępcze
2011	335	0	11
2012	548	495 000	103
2013 (październik)	687	9 649 370	123

Źródło: opracowanie własne na podstawie: *Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych – trzy lata zwalczania dopalaczy w Polsce*, Warszawa, Główny Inspektorat Sanitarny, 2013, s. 10.

Tabela 2 przedstawia wyniki kontroli Państwowej Inspekcji Sanitarnej z podziałem na województwa. Niestety województwo kujawsko-pomorskie nie wypada w tym rankingu najlepiej. Mimo tylko 52 kontroli na terenie województwa zostało zabezpieczonych najwięcej z całej Polski produktów zastępczych.

Obecnie sprzedaż dopalaczy odbywa się w Internecie albo „pod ladą”, czyli pod przykrywką innej, legalnej działalności. Przykładem jest opisany sklep z dopalaczami zlokalizowany przed jedną ze szkół w Wałbrzychu. Tak było również do niedawna w przypadku działającego sex shopu na zakopiańskich Krupówkach. 30 kwietnia 2014 roku, tuż przed otwarciem sklepu z erotycznymi akcesoriami, policjanci znaleźli i zabezpieczyli substancje psychoaktywne<sup>19</sup>. Przykład ten jest dowodem na to, że mimo nowelizacji ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii problem ten w naszym kraju nadal istnieje. Handlowanie dopalaczami nie jest już takie łatwe, ale nadal każdy bardzo zdeterminowany sprzedawca, jeśli chce, to znajduje drogę do sprzedawania dopalaczy.

<sup>19</sup> <http://www.tvn24.pl/krakow,50/znalezli-dopalacze-w-sex-shopie,413135.html> [02.10.2016].

Tabela 2. Działania Państwowej Inspekcji Sanitarnej

Województwo	Liczba kontroli	Liczba zabezpieczonych produktów	Liczba pobranych próbek do badań laboratoryjnych	Nalożone kary w PLN
Dolnośląskie WSSE Wrocław	152	728	6	395000
Kujawsko-Pomorskie WSSE Bydgoszcz	52	5532	91	825000
Lubelskie WSSE Lublin	15	1009	33	140000
Lubuskie WSSE Gorzów Wlkp.	27	153	22	140000
Łódzkie WSSE Łódź	114	4091	136	1880000
Małopolskie WSSE Kraków	36	1395	248	125000
Mazowieckie WSSE Warszawa	6	66	11	110000
Opolskie WSSE Opole	23	269	32	300000
Podkarpackie WSSE Rzeszów	30	1062	110	190000
Podlaskie WSSE Białystok	0	2	0	0
Pomorskie WSSE Gdańsk	57	2197	192	2049370
Śląskie WSSE Katowice	53	2318	122	2420000
Świętokrzyskie WSSE Kielce	33	604	41	115000
Warmińsko-Mazurskie WSSE Olsztyn	30	1040	40	380000
Wielkopolskie WSSE Poznań	10	559	336	580000
Zachodniopomorskie WSSE Szczecin	49	636	2	0
<b>Razem</b>	<b>687</b>	<b>21652</b>	<b>1422</b>	<b>9649370</b>

Źródło: opracowanie własne na podstawie: *Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych – trzy lata zwalczania dopalaczy w Polsce*, Warszawa, Główny Inspektorat Sanitarny, 2013, s. 10.

## Rozpoznawanie zachowań po zażyciu dopalaczy

Młody człowiek zażywający dopalacze często zachowuje się w nienaturalny sposób. Gdyby czujność nauczycieli oraz rodziców była większa, być może udałoby się uniknąć chociaż kilku tragedii, które związane były z zażywaniem tych środków. Rzadko zdarza się, aby młodzież mówiła dorosłym o tym, że sięga po substancje psychoaktywne – a wręcz przeciwnie, przeważnie ukrywa fakt, że ma styczność z tymi substancjami. Dlatego warto przedstawić najczęstsze zachowania po spożyciu dopalaczy. Jacek Wrona w publikacji *Dopalacze – demony naszych czasów* podzielił symptomy mogące wskazywać na zażywanie substancji psychoaktywnych na trzy grupy: zmiany w zachowaniu osoby, wygląd zewnętrzny oraz objawy chorobowe. Zmiany w zachowaniu mogą mieć różne przyczyny, mogą być spowodowane mało istotnymi sprawami, ale mogą również świadczyć o problemach ze środkami odurzającymi. Wygląd zewnętrzny zwykle jest odzwierciedleniem tego, co dzieje się w psychice człowieka, również niepokojów i problemów, z jakimi się boryka. Ubiór jest w stanie odpowiedzieć, do jakiej społeczności należy młody człowiek i w jakim towarzystwie się obraca<sup>20</sup>. Tabela 3 przedstawia najczęstsze i najbardziej charakterystyczne oznaki mogące świadczyć o problemie związanym z zażywaniem dopalaczy.

Tabela 3. Charakterystyczne symptomy mogące wskazywać na zażywanie substancji psychoaktywnych

Zmiany w zachowaniu osoby	Wygląd zewnętrzny	Objawy chorobowe
<ul style="list-style-type: none"> <li>- nagła zmiana nawyków;</li> <li>- pojawiają się wahania nastroju i aktywności (często naprzemiennie zmęczenie z euforią);</li> <li>- izolowanie się od bliskich i znajomych;</li> <li>- pojawiają się nowi „dziwni” koledzy i koleżanki;</li> <li>- tajemnicze, krótkie rozmowy telefoniczne, nagłe wyjścia;</li> <li>- posługiwanie się niezrozumiałym językiem (slangiem);</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- blada, ziemista, zmieniona cera;</li> <li>- krosty i owrzodzenia (szczególnie w okolicy nosa);</li> <li>- przekrwione oczy, rozszerzone lub zwężone źrenice;</li> <li>- spadek masy ciała;</li> <li>- zaniedbanie w sferze higieny osobistej;</li> <li>- nowy styl ubierania się;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- uporczywy, suchy kaszel;</li> <li>- wysięk z nosa;</li> <li>- osłabienia i omdlenia;</li> <li>- wymioty, zaparcia i rozwolnienia;</li> <li>- częste przeziębienia i infekcje;</li> <li>- gwałtowne zmiany ciśnienia krwi oraz skoki temperatury ciała;</li> </ul>

<sup>20</sup> WRONA J., op. cit., s. 62–64.

<ul style="list-style-type: none"> <li>- naśladowanie osób ze świata subkultur, gdzie narkotyki odgrywają ważną rolę;</li> <li>- bunt, łamanie ustalonych zasad, napady agresji i złości;</li> <li>- problemy finansowe;</li> <li>- niewytłumaczalne spóźnienia, późne powroty;</li> <li>- kłamstwa, oszustwa;</li> <li>- nadmierny apetyt lub brak apetytu;</li> <li>- spadek zainteresowania ulubionymi zajęciami.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zmiana wyglądu (fryzury i koloru włosów, kolczyki, tatuaże, ostry makijaż itp.).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nagłe pogorszenie stanu uzębienia;</li> <li>- złe wyniki badań moczu i krwi;</li> <li>- bóle różnych części ciała;</li> <li>- depresja i problemy natury psychicznej.</li> </ul>
---	--	---

Źródło: własne na podstawie: WRONA J., *Dopalacze – demony naszych czasów*, Częstochowa, Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2010, s. 60–64.

### **Zagrożenia wynikające z zażywania substancji psychoaktywnych**

Zażywanie narkotyków, alkoholu czy innych substancji psychoaktywnych zawsze pozostawia w organizmie mniejsze bądź większe ślady. Czasami nie ma nawet znaczenia, czy dopalacze zażyte były tylko raz, czy były stosowane w sposób nałogowy – bowiem znane są przypadki, gdzie jedno zażycie tych środków kończyło się tragicznie – śmiercią.

Oceniając wpływ środków zastępczych na zdrowie ludzi, należy przede wszystkim określić toksyczność danych substancji, z których powstał dopalacz. Substancji już odkrytych, z których składają się dopalacze, jest bardzo dużo, a najprawdopodobniej tych nieodkrytych jest jeszcze więcej. Substancjami najczęściej wykorzystywanymi do wytwarzania dopalaczy są następujące<sup>21</sup>:

- Mefedron – organiczny związek chemiczny, pochodna katynonu. Ma działanie silnie euforyczne i pobudzające, podobne do kokainy. Silnie uzależnia psychicznie.
- Substancje kanabinolidy – substancje działające w organizmie na te same receptory, co składniki psychoaktywne konopi (marihuany i haszyszu), przy czym część z tych związków jest jeszcze bardziej psychoaktywna niż konopie.
- Szałwia wieszczą – występuje w Meksyku. Palenie jej liści powoduje silne halucynacje oraz pobudzenie.

<sup>21</sup> WRONA J., op. cit., s. 26–35.

- *Fly agaric* – to zazwyczaj muchomor czerwony lub plamisty. Picie napojów z tych grzybów powoduje najczęściej zachowanie podobne jak po spożyciu alkoholu. Działa pobudzająco i halucynogennie. Czasami dochodzi do napadów szału lub nadmiernego pobudzenia zmysłów, powodując sytuacje, że bodźce takie jak światło czy dźwięk stają się nie do zniesienia.
- *Leonotis leonurus* – jej palenie powoduje objawy podobne jak przy marihuanie. Objawy są jednak słabsze, lecz bardziej zmysłowe, mniej psychodeliczne. Jest składnikiem wielu mieszanek.
- *Kava kava* – krzew podobny do czarnego pieprzu. Rośnie na wyspach Pacyfiku, ma duże znaczenie w obrzędach kulturowych. Działa euforycznie, pobudzająco, halucynogennie.
- *Peganum harmala* – w nasionach tej rośliny znajduje się wiele substancji, np. beta-karboliny.

Opisane powyżej składniki substancji psychotropowych, w zależności od typu produktu, imitują swoje nielegalne odpowiedniki: środki stymulujące (podobnie jak amfetamina), euforyzujące (jak tabletki *ecstasy*), relaksujące (jak konopie indyjskie), a nawet psychodeliczne i halucynogenne. Dopálacze składają się z wielu substancji i ciężko jest stwierdzić, które znajdują się w organizmie. Lekarze w oparciu o obraz kliniczny mogą podejrzewać jedynie, które środki mogą znajdować się w organizmie, lecz nie zawsze istnieje możliwość wykrycia tej substancji.

Istnieje wiele konsekwencji zdrowotnych wynikających z zażywania dopalaczy. Oprócz konsekwencji zdrowotnych środki te są poważnym zagrożeniem dla życia. Wraz z pojawieniem się w Polsce problemu dopalaczy dochodziło do pierwszych przypadków, a później nawet fali zatruc. Na oddział toksykologii trafiały dzieci oraz młodzież z różnymi niebezpiecznymi dla ich zdrowia objawami.

Tabela 4 przedstawia liczbę zatruc w przeliczeniu na 100 tysięcy mieszkańców w 2013 roku. Obrazuje, że problem zatruc występuje w niektórych województwach. Co istotne, liczba odnotowanych przypadków jest porównywalna z liczbą zatruc narkotykami i jest dużo mniejsza od liczby zatruc lekami<sup>22</sup>.

---

<sup>22</sup> Raport Głównego Inspektora Sanitarnego..., op. cit., s. 16.

Tabela 4. Tabela przedstawia liczbę zatruc środkami zastępczymi w Polsce, w poszczególnych województwach w 2013 roku

Województwo	Ilość podejrzeń zatruc I-X 2013	W przeliczeniu na 100 tys mieszkańców
<b>POLSKA</b>	<b>721*</b>	<b>1,87</b>
DOLNOŚLĄSKIE	117	4,01
KUJAWSKO-POMORSKIE	46	2,19
LUBELSKIE	0	0
LUBUSKIE	6	0,58
ŁÓDZKIE	189	7,45
MAŁOPOLSKIE	5	0,14
MAZOWIECKIE	9	0,17
OPOLSKIE	13	1,28
PODKARPACKIE	10	0,46
PODLASKIE	3	0,24
POMORSKIE	22	0,96
ŚLĄSKIE	155	3,35
ŚWIĘTOKRZYSKIE	6	0,46
WARMIŃSKO-MAZURSKIE	67	4,16
WIELKOPOLSKIE	70	2,02
ZACHODNIOPOMORSKIE	3	0,17

Źródło: Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych – trzy lata zwalczania dopalaczy w Polsce, Warszawa, Główny Inspektorat Sanitarny, 2013, s. 16.

Podwyższone ciśnienie krwi, przyśpieszenie akcji serca, omdlenia – to jedne z najślabszych konsekwencji zdrowotnych. Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych, jako najczęstsze skutki zażywania dopalaczy podaje: hipertermię, częstoskurcz mięśni, zaburzenia rytmu serca, rozkurcz mięśni gładkich oskrzeli, skurcz zwieracza pęcherza moczowego, pobudzenie psychiczne z przyśpieszeniem reakcji na bodźce oraz silne uzależnienie psychiczne. Przedawkowanie pewnych substancji może powodować również uczucie niepokoju, bezsenność, drżenie mięśniowe, nudności i wymioty oraz drgawki<sup>23</sup>.

<sup>23</sup> Ibidem, s. 25.

Głośnym przypadkiem zatrucia dopalaczami był przypadek dwóch nastolatków z Bydgoszczy. We wrześniu 2010 dwóch nastolatków w stanie ciężkim trafiło do szpitala po zażyciu substancji psychoaktywnych. Do szpitala trafili nieprzytomni i bez kontaktu. Jeden z nich w bardzo ciężkim stanie trafił na oddział intensywnej terapii. Lekarze podkreślali, że gdyby później trafił do szpitala, mógłby umrzeć. Po tych oraz kilku innych przypadkach zatruc w Bydgoszczy władze tego miasta postanowiły wzmocnić ochronę poprzez zwiększenie patroli policyjnych w rejonach klubów oraz włączenie w działania tzn. patroli obywatelskich<sup>24</sup>.

W czerwcu 2010 roku dopalacze zaczęły zbierać swoje śmiertelne żniwo. 14 czerwca na Oddziale Toksykologii Instytutu Medycyny Pracy w Łodzi zmarł po zażyciu dopalaczy 20-letni mężczyzna. Jego serce nie wytrzymało skoków ciśnienia i wysokiej gorączki<sup>25</sup>. Przypadków śmiertelnych do roku 2014 było bardzo wiele. Większość była powodem przedawkowania. Znane są również przypadki popełnianych licznych samobójstw po zażyciu *dopalaczy dopalaczy*, jak chociażby przypadek 16-latka z Gliwic, który po zażyciu tych środków dostał halucynacji, po czym wypadł z okna.

### **Rola szkoły w zwalczaniu problemu zażywania dopalaczy przez młodzież**

Problem zażywania dopalaczy nie jest już tak ogromny, jak był w latach 2009–2011. Problemu tego nie da się jednak rozwiązać jedną ustawą. I nieważne, czy ustawa zakazywałaby nawet całkowicie specyfików psychoaktywnych – problem i tak będzie istniał. Już w 2008 roku Danuta Muszyńska z Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii, stwierdziła, że problem dopalaczy jest o „wielowymiarowym charakterze i wymagający interdyscyplinarnego podejścia”<sup>26</sup>. Oznacza to, że odpowiednim zmianom w prawie powinny towarzyszyć odpowiednie działania ze strony społeczeństwa, zwłaszcza rodziny oraz placówek oświatowych.

Szkoła jest instytucją odpowiedzialną nie tylko za przekazywanie wiedzy i kształcenie młodego człowieka, ale ma wpływ na kształtowanie się jego charakteru, osobowości, hierarchii wartości i norm moralnych. Podstawowym zadaniem szkoły jest zdanie sobie sprawy z problemu. Wielu dyrektorów szkół głośno mówi o problemie dopalaczy – nie boi się tematu. Istnieje jednak duża grupa właścicieli

---

<sup>24</sup> [http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,8467569,Walka\\_z\\_dopalaczami\\_zaostrzona\\_\\_W\\_Bydgoszczy\\_patrole.html](http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,8467569,Walka_z_dopalaczami_zaostrzona__W_Bydgoszczy_patrole.html) [03.10.2016].

<sup>25</sup> WARECKI K., op. cit., s. 13.

<sup>26</sup> KOWALIK R., *Diabeł nadjeżdża w Hummerze, czyli ćpanie na legalu*, „Gazeta Wyborcza”, 15.07.2008, [http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,5444241,Diabeł\\_nadjeżdża\\_w\\_Hummerze\\_\\_czyli\\_ćpanie\\_na\\_legalu.html](http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,5444241,Diabeł_nadjeżdża_w_Hummerze__czyli_ćpanie_na_legalu.html) [03.05.2014].

placówek szkolnych, która nie chce przyznawać się do problemu i „umywa ręce”. Przykładem takiego zachowania jest stosunek dyrektorki Liceum Ogólnokształcącego nr 45 w Łodzi, w której uczennica zasłabła po zażyciu dopalaczy. Dyrektorka, odpowiadając na pytania dziennikarki na temat przypadku zatrucia dopalaczami, powiedziała: „W szkole na pewno nie ma tego problemu. Proszę naprawdę nie przerzucać tego na szkołę, absolutnie nie było i nie ma takiego problemu. Środków odurzających nie stwierdzono – wiem, co mówię. Nie stwierdzono. A więc generalnie rzecz biorąc, mam prawo sądzić, że dziewczynka po prostu zasłabła”<sup>27</sup>. Rola szkoły w zwalczaniu problemu dopalaczy nie powinna więc ograniczać się do ściągania z siebie odpowiedzialności. Bo nawet, jeśli szkoła bezpośrednio nie przyczyniła się do problemu, to na pewno może wpłynąć na jego zmniejszenie. Niestety w wielu przypadkach zadania szkoły zostały zredukowane do technicznego i mechanicznego przekazywania wiedzy.

Rola szkoły w procesie dorastania młodego człowieka jest bardzo duża. W szkole młodzież powinna rozwijać swoje zainteresowania, odczuwać jakże ważną w ich wieku potrzebę akceptacji. Konieczne jest również egzekwowanie obowiązków i zasad obowiązujących w życiu społecznym. Istotnym elementem w wieku dojrzewania u nastolatków jest rozbudzenie w nich pasji i zainteresowań hobbystycznych. Ma to ogromny wpływ na dalszy rozwój. Młodzież mająca hobby często skupia się na nim, nie przesiadując tym samym na osiedlach – co często idzie w parze z zażywaniem dopalaczy. Szkoły powinny więc stwarzać możliwości uczniom, poprzez angażowanie ich w życie szkoły oraz zakładanie kół zainteresowań, np. teatralnych, dziennikarstwa, sportowych czy turystycznych.

Zadaniem szkoły jest również edukacja rodziców. Powszechna staje się opinia o coraz częstszej dysfunkcji rodziny. Szkoła powinna więc kształcić rodziców nie tylko w zakresie edukacji młodzieży, ale przede wszystkim w zakresie wychowywania. Nie każdy rodzic potrafi postępować z nastolatkiem. W domu wówczas rozpoczynają się konflikty, które nie sprzyjają dobrym relacjom. Rodzice powinni być autorytetem dla swoich dzieci. Konieczne do prawidłowego rozwoju młodego człowieka jest wspólne przeżywanie z nim radości i problemów. Ciągłe dopingowanie i motywowanie do podejmowania nowych wyzwań oraz wspieranie młodzieży w różnych sytuacjach życiowych sprzyja rozwojowi. Szkoła powinna więc umożliwić rodzicom czerpanie fachowej wiedzy poprzez spotkania z pedagogami.

Nauczyciele powinni ukazywać podopiecznym pozytywne elementy życia i piękno tego świata. Zachęcać ich do kształtowania swojego charakteru poprzez sumienne wykonywanie obowiązków, poświęcenie, wyrzeczenia oraz zdolność

<sup>27</sup> AFRYKA M., *Po dopalaczach na oddział toksykologii*, Materiał filmowy: [http://uwaga.tvn.pl/32375,wideo,170075,po\\_dopalaczach\\_na\\_oddzial\\_toksykologii,po\\_dopalaczach\\_na\\_oddzial\\_toksykologii,reportaz.htmlv](http://uwaga.tvn.pl/32375,wideo,170075,po_dopalaczach_na_oddzial_toksykologii,po_dopalaczach_na_oddzial_toksykologii,reportaz.htmlv) [04.10.2014].



do wysiłku związanego z realizacją celów. Wychowawcy i nauczyciele powinni wskazywać wstrzemięźliwość jako jedyną i w pełni skuteczną metodę pozwalającą uniknąć wielu problemów i niebezpieczeństw czyhających na człowieka, takich jak: alkoholizm, narkomania czy niechciane ciążę<sup>28</sup>.

### **Przykłady działań profilaktycznych ze strony szkół**

Wraz z zaistnieniem w Polsce problemu dopalaczy pojawiło się wiele pomysłów działań profilaktycznych ze stron szkół. Działania te nie były tylko inicjatywą dyrektorów placówek oświatowych, ale były również nakazywane przez Ministerstwo Edukacji Narodowej.

Znane jest powiedzenie, że lepiej jest zapobiegać niż leczyć. Sposobem zapobiegania zażywania dopalaczy przez młodzież w wieku szkolnym są działania profilaktyczne. „Profilaktyka jest jednym ze sposobów reagowania na rozmaite zjawiska społeczne, które oceniane są jako szkodliwe i niepożądane. Negatywna ocena składnia do traktowania takich zjawisk w kategoriach zagrożeń i podejmowania wysiłków w celu ich eliminacji lub chociażby ograniczania. Jest wiele rozmaitych procedur przeciwdziałania zagrożeniom<sup>29</sup>. Działania profilaktyczne różnią się więc od innych sposobów przeciwdziałania tym, że wiążą się z czynnościami podejmowanymi zanim zagrożenia się rozprzestrzenia.

Szkoła, jest miejscem realizacji wczesnych programów profilaktycznych z wielu powodów, m.in.<sup>30</sup>:

- szkoła jest miejscem intensywnego rozwoju w zakresie funkcjonowania interpersonalnego i społecznego w grupie rówieśniczej,
- szkoła jest miejscem działalności zadaniowej uczniów, a więc miejscem, w którym młodzież musi zmagać się z ciągłymi wymaganiami i trudnościami,
- szkoła jest miejscem konfrontacji autorytetów i kształtowania się poczucia własnej tożsamości ucznia,
- szkoła wypełnia znaczną część aktywnego życia młodzieży,
- szkoła pozwala na łatwy dostęp do środowiska dzieci i młodzieży i sprawną organizację prowadzonych w szkole oddziaływań.

---

<sup>28</sup> WRONA J., op. cit., s. 71–72.

<sup>29</sup> ŚWIĘTKIEWICZ G. (red.), *Profilaktyka w środowisku lokalnym*, Warszawa, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, 2002, s. 19.

<sup>30</sup> GAŚ Z.B., *Profilaktyka w szkole*, [w] *Zapobieganie uzależnieniom uczniów*, Warszawa, CMPP-P, 1997, s. 54.

Szkoły podejmują wiele form działań profilaktycznych dotyczących przeciwdziałaniu zażywaniu dopalaczy i zniechęcenia młodzieży do eksperymentowania z nimi. Są to m.in. konkursy z zakresu wiedzy o tych środkach oraz o skutkach ich zażywania, rozmowy z pedagogami czy emisje filmów poświęconych tym zagadnieniom. Bardzo często szkoły organizują spotkania profilaktyczne z osobami budzącymi zaufanie społeczne i autorytet, takimi jak policja czy straż miejsca. Niekiedy zdarza się, że na takie spotkanie zostaje zaproszona osoba dawniej uzależniona od środków psychoaktywnych.

Istnieje powszechna opinia, że programy profilaktyczne są w większości przypadków bardzo nieprzekonujące, schematyczne, a często nawet szkodzą. Zamiast zmniejszać niebezpieczeństwo, zwiększają je, wzbudzając nieodpowiednie zainteresowanie tematem. Często w szkołach są organizowane konkursy o uzależnieniach, takie jak np. konkurs plakatu antynarkotykowego. Takie działania jednak nie mają większego wpływu na młodzież.

Najlepszym sposobem profilaktyki jest angażowanie uczniów i rodziców we wspólne działanie. Młodzież nie lubi słuchać nieciekawych wykładów na temat uzależnień. Przykładem jednym z działań profilaktycznych był chociażby marsz w proteście przeciw dopalaczom w Iławie zorganizowany przez uczniów tamtejszych szkół. Jak powiedziała dyrektor gimnazjum nr 1 w Iławie Aleksandra Skubij: „impulsem do zorganizowania przez uczniów marszu było to, iż w ubiegłym tygodniu do iławskiego szpitala trafiło pięciu uczniów, w organizmie których wykryto marihuanę”. Według dyrektor dzieci mówiły, iż zażyły tabletki<sup>31</sup>. Również wiele innych szkół zaangażowało się w publiczne wyrażanie sprzeciwu dopalaczom i organizowało pikety i manifestacje głównie przed siedzibami władz miasta oraz przed sklepami z substancjami psychoaktywnymi. W Skierniewicach szkoła zorganizowała marsz przeciwko dopalaczom (Rysunek 2).



Rysunek 2. Marsz przeciwko dopalaczom zorganizowany przez szkołę w Skierniewicach

Źródło: <http://www.dzienniklodzki.pl/arttykul/303153,skierniewice-przeciw-dopalaczom,id,t.html?cookie=1> [06.10.2016].

<sup>31</sup> <http://wiadomosci.onet.pl/opole/marsz-uczniow-ilawskich-szkol-przeciw-dopalaczom/w0mjd> [06.10.2016].

Symbolem marszu była pobudzająca do refleksji trumna niesiona przez uczniów z hasłami „dopalacze dobijacze” czy „dopalacze mogą cię wypalić”.

Środkiem profilaktycznym są zajęcia odbywające się dla rodziców w szkołach. Spotkanie pedagogów szkolnych z rodzicami ma za zadanie informować rodziców o problemie, o sposobach radzenia sobie z nim. Szkoła powinna wpłynąć na zwiększenie czujności rodziców i wprowadzenie w ogniskach domowych zasady tzw. ograniczonego zaufania. Rodzice, zwykle gdy dowiadują się, że ich dziecko ma problem narkotykowy, mówią, że nigdy by się tego nie spodziewali. A jednak problem ten dotyka nie tylko dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, ale również dobrze sytuowanych. Podczas zajęć profilaktycznych organizowanych dla rodziców często rozdawane są opiekunom bardzo wymowne ulotki informacyjne (Rysunek 3).

**RODZICE!**

**dopalacze**  
chcą zabrać  
zdrowie Waszym dzieciom

powodują:  
bóle głowy, lęk, panikę,  
zaburzenia pracy mózgu  
brak apetytu, wymioty,  
niszczą wątrobę i nerki  
zaburzają pracę serca,  
doprowadzając do zawału,  
udaru mózgu  
a nawet śmierci!

**Pomagaj:**

- Okaż dziecku ciepło i czułość
- Rozmawiaj z dzieckiem nie unikając trudnych tematów
- Słuchaj uważnie i nie bagatelizuj problemów
- Pomagaj uwierzyć w siebie
- Doceniaj starania i chwal postępy
- Określ zasady i bądź konsekwentny
- Nie oceniaj i nie porównuj z innymi
- Nie wyśmiewaj, nie krytykuj,
- Nie stawiaj wygórowanych wymagań
- Poznaj przyjaciół swojego dziecka
- Wiedź gdzie jest i co robi Twoje dziecko

*Wyrzucij zdecydowanie negatywny postawę wobec dopalaczy!*

Bądź przygotowany na odrzucenie, rozdrażnienie i złość, na zaprzeczenie problemom i negowanie faktów, na oskarżanie Ciebie i innych, że się wtrącają. Bądź wytrwały! Powiedz dziecku, że bardzo Ci na nim zależy, że go kochasz i martwisz się o niego.

*Dobre jest przesłanie pomocy specjalisty*

Poradnia Psychologiczno - Pedagogiczna tel. 640 45 70  
Poradnia Leczenia Uzależnień i Współuzależnienia  
Centrum "U" - tel. 436 21 46

Sponsorzy: SKOK im. St. Kard. Wyszyńskiego

Patronat: Władomości WRZEŚNIA

Rysunek 3. Ulotka informacyjna dla rodziców dotycząca problemu dopalaczy

Źródło: [http:// http://pssewrzesnia.pis.gov.pl/?dep=117](http://http://pssewrzesnia.pis.gov.pl/?dep=117) [06.10.2016].

Aby działania profilaktyczne szkoły były skuteczne, konieczne jest kształcenie pedagogów w temacie dopalaczy. W tym celu szkoły korzystają z różnego rodzaju programów profilaktycznych przeznaczonych do kształcenia pedagogów. Przykładem takiego programu jest „Szkoła Interwencja Profilaktyczna”. Program ten jest adresowany bezpośrednio do rad pedagogicznych i nauczycieli ze szkół podstawowych, gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Służy on przede wszystkim przygotowaniu rad pedagogicznych do podejmowania działań interwencyjnych wobec uczniów sięgających po substancje psychoaktywne (nikotyna, alkohol, narkotyki, dopalacze). Program może być rozpoczynany w momencie podejrzenia lub ujawnienia faktu eksperymentowania przez ucznia z substancjami psychoaktywnymi i prowadzi ją przeszkoleni nauczyciele lub pedagodzy szkolni. Innym programem ogólnopolskim jest program „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”. Ma on na celu dostarczyć wiedzę z zakresu funkcjonowania psychospołecznego młodzieży, także w okresie dojrzewania, i umożliwić podniesienie kompetencji wychowawczych rodziców i nauczycieli, a w tym budowania prawidłowych relacji, stawiania dziecku granic oraz zdrową kontrolę. Kolejnym ciekawym programem profilaktycznym jest *Golden Five*, przeznaczony dla nauczycieli gimnazjum, zwłaszcza wychowawców pierwszych klas, ale także dla uczniów. Przygotowuje on wychowawców do wspierania procesu adaptacji młodzieży w nowej szkole. Program ułatwia integrację klasy. Efektywne wsparcie na początku edukacji w gimnazjum zmniejsza liczbę problemów wychowawczych w następnych klasach<sup>32</sup>.

## Zakończenie

Dopalacze to jedno z największych zagrożeń i zarazem najbardziej dochodowa dziedzina działalności przestępczej. Młodzież zaczyna zażywać dopalacze z różnych powodów, takich jak stres, niemożność pokonania trudności życiowych, ciekawość i chęć uatrakcyjnienia wolnego czasu. Jak pokazała seria zatruczeń dopalaczami w Polsce, środki te są zagrożeniem dla młodzieży. Trzeba jednak pogodzić się z faktem, że zawsze znajdzie się grupa ludzi, którzy – z takich czy innych powodów – będą sięgać po narkotyki.

„Młody człowiek na imprezie sięgnie po *dopalacza*, tabletkę *ecstasy* czy *speedu* dla doznania przyjemności «odjazdu». Można powiedzieć, że narkotyki są szukaniem «przyjemności na skrót». Radość i duma młodego człowieka, który po wykonaniu utworu na skrzypcach otrzymał oklaski jest przyjemnością, na którą musiał mocno zapracować. Pierwsze miejsce w zawodach szkolnych, wyróżnienie za naukę i stypendium, nagroda w postaci zagranicznej wycieczki, to wszystko są przyjemności wymagające od młodego człowieka pracy, determina-

<sup>32</sup> *Profilaktyka używania nowych narkotyków tzw. dopalaczy przez młodzież*, Warszawa, MEN, 2011, s. 7–8.

cji, motywacji, siły woli, przełamywania nieśmiałości, opanowania – sporo by wymieniać. A pigułka pozwala za jednym zamachem przeskoczyć te wszystkie piętzące się utrudnienia...”<sup>33</sup>. Szkoła powinna dbać więc o rozwój ucznia, rozwijać jego zainteresowania i pasje, doceniać, motywować oraz wspierać. Zadaniem szkoły jest również profilaktyka w zakresie uzależnień. Szkolna polityka w zakresie narkotyków może być wprowadzana z różnych powodów. Dość często szkoła podejmuje bardziej energiczne działania w wyniku sytuacji kryzysowej: pojawiania się dilerów narkotykowych w pobliżu szkoły, wykrycia narkotyków u uczniów lub ostrego zatrucia substancją psychoaktywną. Innymi powodami są: kreowanie poczucia bezpieczeństwa u rodziców uczniów i samych uczniów, zwiększenie atrakcyjności szkoły na rynku edukacyjnym. Jednak myślą przewodnią zawsze powinno być bezpieczeństwo uczniów.

Nie da się problemu narkotyzowania się młodzieży całkowicie wyeliminować oraz nie da się go rozwiązać jedną ustawą. Nawet jeśli dopalacze okażą się przejściową modą, na ich miejsce pojawi się najprawdopodobniej cała gama innych środków, które mogą stworzyć zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi, a zwłaszcza młodzieży. Przykładem nowej substancji, o której głośno było w mediach w kwietniu 2014 roku, może być chociażby wprowadzany do sprzedaży w Stanach Zjednoczonych alkohol w proszku<sup>34</sup>. Do tego, aby można było efektywnie zwalczać te problemy, potrzebne są, i zapewne jeszcze będą, zmiany w konkretnych przepisach prawa, zmiany w podejściu do wychowania dzieci w obecnych czasach oraz zmiany w systemie edukacji.

## **BIBLIOGRAFIA**

### **POZYCJE ZWARTE:**

BALL S., ZIĘBA H.R., *Stop dopalaczom – pozory legalności i narkotykowy charakter dopalaczy*, Warszawa, wyd. Medyk, 2011.

GAŚ Z.B., *Profilaktyka w szkole*, [w] *Zapobieganie uzależnieniom uczniów*, Warszawa, CMPP-P, 1997.

ŚWIĄTKIEIWCZ G. (red.), *Profilaktyka w środowisku lokalnym*, Warszawa, Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, 2002.

WARECKI K., *Dopalacze*, Radom, Polskie Wydawnictwo Encyklopedyczne, 2010.

WRONA J., *Dopalacze – demony naszych czasów*, Częstochowa, Wydawnictwo Misjonarzy Krwi Chrystusa, 2010.

### **POZOSTAŁE PUBLIKACJE:**

MACANDER D., *Dopalacze*, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa (bez roku wydania).

<sup>33</sup> BALL S., ZIĘBA H.R., *Stop dopalaczom – pozory legalności i narkotykowy charakter dopalaczy*, Warszawa, Wyd. Medyk, 2011, s. 98.

<sup>34</sup> [http://wyborcza.pl/1,75400,15839020,Alkohol\\_w\\_proszku\\_\\_Czemu\\_nie\\_\\_Bedzie\\_w\\_sprzedazy\\_w.html](http://wyborcza.pl/1,75400,15839020,Alkohol_w_proszku__Czemu_nie__Bedzie_w_sprzedazy_w.html) – [07.10.2016].

*Profilaktyka używania nowych narkotyków tzw. dopalaczy przez młodzież*, Warszawa, MEN, 2011.

**AKTY PRAWNE:**

Ustawa z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii (Dz. U. 2005 Nr 179, poz. 1485).

**NETOGRAFIA:**

[http://bialystok.gazeta.pl/bialystok/1,35235,5726587,Funshop\\_z\\_\\_legalna\\_alternatywa\\_\\_w\\_Bialymstoku.html](http://bialystok.gazeta.pl/bialystok/1,35235,5726587,Funshop_z__legalna_alternatywa__w_Bialymstoku.html)

<http://www.wspolczesna.pl/apps/pbcs.dll/article?AID=/20100915/REG11/440405920>

<http://www.tvn24.pl/krakow,50/znalezli-dopalacze-w-sex-shopie,413135.html>

<https://www.youtube.com/watch?v=gNZIdOnw31g>

<http://boskiateista.pl/2010/09/28/mlodziej-pomodli-sie-o-likwidacje-dopalaczy/>

[http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,8467569,Walka\\_z\\_dopalaczami\\_za-ostrozona\\_\\_W\\_Bydgoszczy\\_patrole.html](http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,8467569,Walka_z_dopalaczami_za-ostrozona__W_Bydgoszczy_patrole.html)

[http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,5444241,Diabel\\_nadjezdza\\_w\\_Hummerze\\_\\_czyli\\_cpanie\\_na\\_legalu.html](http://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/1,114873,5444241,Diabel_nadjezdza_w_Hummerze__czyli_cpanie_na_legalu.html)

<http://wiadomosci.onet.pl/opole/marsz-uczniow-ilawskich-szkol-przeciw-dopalaczom/w0mjd>

<http://www.dzienniklodzki.pl/artukul/303153,skierniewice-przeciw-dopalaczom,id,t.html?cookie=1>

<http://pssewrzesnia.pis.gov.pl/?dep=117>

[http://wyborcza.pl/1,75400,15839020,Alkohol\\_w\\_proszku\\_\\_Czemu\\_nie\\_\\_Bedzie\\_w\\_sprzedazy\\_w.html](http://wyborcza.pl/1,75400,15839020,Alkohol_w_proszku__Czemu_nie__Bedzie_w_sprzedazy_w.html)

**MATERIAŁY FILMOWE:**

AFRYKA M., *Po dopalaczach na oddział toksykologii*, Materiał filmowy: [http://uwaga.tvn.pl/32375,wideo,170075,po\\_dopalaczach\\_na\\_oddzial\\_toksykologii,po\\_dopalaczach\\_na\\_oddzial\\_toksykologii,reportaz.htmlv](http://uwaga.tvn.pl/32375,wideo,170075,po_dopalaczach_na_oddzial_toksykologii,po_dopalaczach_na_oddzial_toksykologii,reportaz.htmlv).

PAWLUKIEWICZ A., *Dopalacze wróciły przed szkołę. Proszek jest lepszy niż amfetamina*, Materiał firmowy: <http://www.tvn24.pl/wroclaw,44/dopalacze-wrocily-przed-szkole-proszek-jest-lepszy-niz-amfetamina,393235.html>.

*Premier wydał wojnę dopalaczom*, Materiał firmowy: [http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/premier-wydal-wojne-dopalaczom,268615.html?playlist\\_id=17182](http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/premier-wydal-wojne-dopalaczom,268615.html?playlist_id=17182).

*Sejm zakazał dopalaczy*, Materiał filmowy: [http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/sejm-zakazal-dopalaczy,268960.html?playlist\\_id=17182](http://www.tvn24.pl/wideo/z-anteny/sejm-zakazal-dopalaczy,268960.html?playlist_id=17182).

**RAPORTY:**

*Raport Głównego Inspektora Sanitarnego w sprawie środków zastępczych – trzy lata zwalczania dopalaczy w Polsce*, Warszawa, Główny Inspektorat Sanitarny, 2013.

*Raport w sprawie dopalaczy – nowych narkotyków*, Warszawa, Państwowa Inspekcja Sanitarna, 2011.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Dopalacze złodzieje marzeń.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Uświadomienie zagrożenia płynącego z zażywania dopalaczy.

### 4. Cele szczegółowe:

- Zapoznanie z rodzajami, nazwami dopalaczy oraz ze sposobami ich działania na organizm człowieka.
- Uświadomienie konsekwencji zażywania dopalaczy.
- Kształtowanie postaw prozdrowotnych.
- Nabycie wiedzy jak i gdzie szukać pomocy.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Rodzaje i nazwy dopalaczy.
- Składniki trujące dopalaczy, szkodliwe dla organizmu człowieka.
- Konsekwencje bio-psycho-społeczne zażywania dopalaczy.
- Miejsca i instytucje pomagające osobom zażywającym i/lub świadkom zażywania dopalaczy.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, wykład konwersatoryjny, wypowiedź ustna, praca indywidualna z testem,
- Dyskusja, giełda pomysłów, śnieżna kula,
- Elementy mappingu.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Tablica, pisaki,
- Białe kartki A 4,
- Długopisy,
- Duże arkusze białego papieru,
- Kolorowe kredki i pisaki,
- Szpilki,
- Test wiedzy.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Powitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju do zajęć
Metody realizacji	Pogadanka, wypowiedź ustna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów, zaprasza do krótkiej wypowiedzi co lubią robić: np.: „Ola, lubię słuchać muzyki, lubię też spacerować z moim psem”
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i udzielają krótkich wypowiedzi na zadane pytanie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Zagrożenia płynące z zażywania dopalaczy
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza w temat zajęć, nawiązując krótko do fałszywego przekonania, iż dopalacze mogą polepszyć samopoczucie
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Zdrowe sposoby poprawy samopoczucia
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję: Co ludzie mogą robić aby poprawić swoje samopoczucie? Zapisuje wszystkie pomysły na tablicy
Czynności uczestników	Uczniowie podają swoje pomysły na zadane pytanie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu tak, aby widoczna była tablica



Treści kształcenia	Dopalacze – zagrożenia płynące z ich zażywania, formy i nazwy pod jakimi występują. Szkodliwość dopalaczy dla organizmu człowieka
Metody realizacji	Mini wykład konwersatoryjny
Czas trwania	15 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel opowiada czym są dopalacze, w jakiej formie i pod jakimi nazwami występują, co wchodzi w ich skład i jaka jest ich szkodliwość dla człowieka
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w kole

Treści kształcenia	Konsekwencje bio-psycho-społeczne zażywania dopalaczy
Metody realizacji	Giełda pomysłów, śnieżna kula
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Kartki, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na grupy 5 osobowe i prosi o wypisanie wszystkich możliwych konsekwencji zażywania dopalaczy. Następnie łączy grupy po dwie i powtarza zadanie, w ten sposób opracowany zostaje wspólny dla całej klasy „informator konsekwencji zażywania dopalaczy”
Czynności uczestników	Uczniowie w grupach opracowują zadanie podane przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Stoły pod ścianą ustawione w stanowiska robocze dla poszczególnych grup

Treści kształcenia	Konsekwencje zażywania dopalaczy, straty, jakie ze sobą niosą w codziennym życiu
Metody realizacji	Giełda pomysłów. Elementy mappingu
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Arkusze białego papieru, kolorowe kredki i pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje duże arkusz białego papieru oraz kolorowe kredki i pisaki. Uczniowie w grupach opracowują plakaty, których motywem przewodnim jest: „Mam marzenia – nie dopalam się!”

Czynności uczestników	Uczniowie w grupach przygotowują plakaty
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą w stanowiska robocze dla poszczególnych grup

Treści kształcenia	Konsekwencje zażywania dopalaczy, straty, jakie ze sobą niosą w codziennym życiu
Metody realizacji	Ekspozycja gazetki
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Szpilki, plakaty, informator
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi uczniów o zawieszenie opracowanego informatora oraz plakatów na szkolnej gazecie
Czynności uczestników	Uczniowie przygotowują gazetkę stanowiącą kompendium wiedzy z zakresu przerabianej tematyki zajęć
Uwagi realizacyjne	Swobodny dostęp do gazetki

Treści kształcenia	Dopalacze – kompendium wiedzy
Metody realizacji	Pogadanka, praca indywidualna – uzupełnienie testu wiedzy
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Test
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, informuje gdzie można szukać pomocy w przypadku zetknięcia się z dopalaczami, dziękuje za zaangażowanie uczniom oraz prosi ich o uzupełnienie krótkiego testu: - co wyniosłem z dzisiejszych zajęć ?, - jaki są skutki zażywania dopalaczy ?, - gdzie mogę szukać ?
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają oraz wypełniają test
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Informator opracowany przez uczniów, plakaty, krótki test wiedzy.

Dorota Łoboda  
Anna Długosz  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## PROMOWANIE ZDROWYCH WZORCÓW ŻYWIENIOWYCH ELEMENTEM BEZPIECZNEJ I PRZYJAZNEJ SZKOŁY

Według danych WHO obecnie na całym świecie ponad miliard osób jest otyłych i liczba ta stale rośnie, także wśród dzieci i młodzieży. W USA blisko połowa obywateli jest otyła lub ma nadwagę, co wielu autorów wiąże z mało aktywnym trybem życia oraz tzw. „zachodnim wzorem żywieniowym” charakteryzującym się m.in. nadmiernym spożywaniem słodkich napojów, słodczy i słonych przekąsek. W Polsce w ostatnich latach odsetek młodzieży z nadwagą i otyłością wzrastał i obecnie sięga 18%. Wiele do zyczenia pozostawia też sposób żywienia i stan odżywienia tej grupy wiekowej.

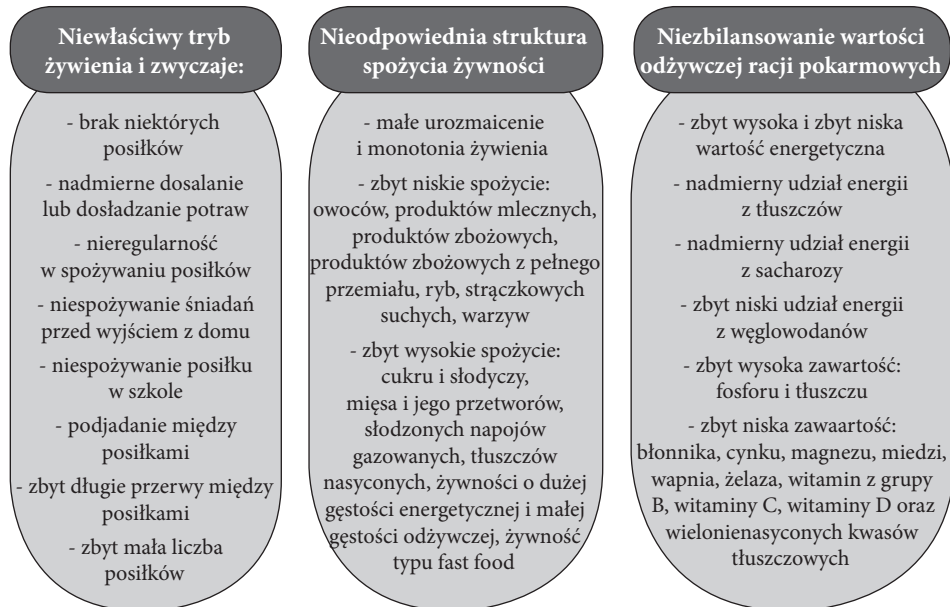
Negatywne nawyki żywieniowe nabyte w młodości, a determinowane m.in. przez niesprzyjającą sytuację ekonomiczną rodzin, miejsce zamieszkania, presję środowiskową, reklamę powodują wykształcanie się niewłaściwego sposobu żywienia się wśród dzieci i młodzieży<sup>1</sup>. Najczęstsze identyfikowane nieprawidłowości w sposobie żywienia się młodych Polaków dotyczą: niewłaściwego trybu żywienia i zwyczajów żywieniowych, nieodpowiedniej struktury spożycia żywności oraz niezbilansowania racji pokarmowych pod względem ich wartości odżywczej (ryc. 1).

### Niewłaściwy tryb żywienia i zwyczaje

Najbardziej typowym błędem żywieniowym u dzieci i młodzieży w wieku szkolnym jest nieregularne spożywanie posiłków lub ich opuszczanie. Wiele ba-

<sup>1</sup> Socha J., Socha P., Weker H., Neuhoﬀ-Murawska A., *Żywność dzieci a zdrowie wczoraj, dziś i jutro*, „Pediatria współczesna, Gastroenterologia, Hepatologia i Żywność Dziecka”, 2010, 12, 1, s. 34–37.

dań<sup>2, 3, 4</sup> przeprowadzonych w tej grupie wiekowej potwierdziło, że posiłki spożywane są z reguły nieregularnie, a ich liczba w ciągu dnia wynosi najczęściej trzy, pomimo że według zaleceń żywieniowych powinno być ich więcej. Największy wskazywany przez licznych naukowców<sup>5, 6</sup> problem w tej grupie stanowi niespożywanie pierwszego śniadania, tak ważnego posiłku w ciągu całego dnia. Spożywanie tego posiłku powiązane jest bowiem z lepszym samopoczuciem i wynikami w nauce. Niejednokrotnie pomijane jest również drugie śniadanie, a jeżeli już dzieci lub młodzież decydują się na jego spożycie, to najczęściej w postaci m.in. słodkich przekąsek i słodkich napojów.



Rycina 1. Główne błędy żywieniowe dzieci i młodzieży

Źródło: Wądołowska L., *Żywieniowe podłoże zagrożeń zdrowia w Polsce*, Olsztyn, Wydawnictwo UWM w Olsztynie, 2010.

<sup>2</sup> Iłow R., Iłow-Regulska B., Płonka K., Biernat J., *Ocena zwyczajów żywieniowych gimnazjalistów z Oleśnicy*, „Bromat. Chem. Toksykol.”, 2009, XLII, 3, s. 693–698.

<sup>3</sup> Kirpsza-Roszko I., Olejnik B., Zalewska M., Marcinkiewicz S., Maciorkowska E., *Wybrane nawyki żywieniowe a stan odżywiania dzieci i młodzieży regionu Podlasia*, „Probl. Hig. Epidemiol.”, 2011, 92 (4), s. 799–805.

<sup>4</sup> Lange E., Gandziarek D., Niebuda-Tymolewska B., *Skład ciała i wybrane nawyki żywieniowe dzieci w wieku 14–17 lat*, „Bromat. Chem. Toksykol.”, 2011, XLIV, 3, s. 389–397.

<sup>5</sup> Cisek M., Martko H., Schlegel-Zawadzka M.: *Ocena sposobu żywienia uczniów w Zubrzyicy Górnej*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 36, s. 846–851.

<sup>6</sup> Waszkiewicz L., Rogowska J., *Racjonalne żywienie w aspekcie zarządzania własnym zdrowiem a efekty uczenia się*, [w:] *Rola i zadania medycyny społecznej u progu XXI wieku*, Wrocław, Akademia Medyczna we Wrocławiu, 2002, s. 91–96.

Kolejnym równie istotnym problemem w tej grupie populacyjnej jest podjadanie między posiłkami. Koronnego źródła tego problemu szuka się w braku czasu na spożywanie głównych posiłków. Liczne zajęcia pozaszkolne dzieci i młodzieży oraz przeciążenie nauką uniemożliwiają przestrzeganie uregulowanego trybu życia i żywienia, co ma wpływ na utrwalenie zwyczaju podjadania, zapoczątkowanego w okresie wczesnego dzieciństwa. Podjadanie jest zjawiskiem niekorzystnym, gdy staje się nawykiem, a spożywane przekąski zazwyczaj są wysokokaloryczne<sup>7</sup>. Zwyczaj podjadania stał się na tyle powszechny, że wielu uznaje go za korzystny dla zdrowia. Przekąska w postaci owocu, warzywa czy napoju mlecznego może bowiem rozwiązać problem zbyt długiego oczekiwania na główny posiłek, który niejednokrotnie nie może być spożyty o określonej porze. Niestety produktami spożywanymi między posiłkami są najczęściej słodczyce, chipsy i produkty typu fast food<sup>8,9</sup>.

### Nieodpowiednia struktura spożycia żywności i ich konsekwencje

Wielu badaczy zajmujących się oceną sposobu żywienia młodzieży sygnalizuje szereg odstępstw od zasad prawidłowego żywienia dotyczących struktury spożycia żywności. W ostatnich latach zaobserwowano zbyt niskie spożycie produktów zbożowych. Doniesienia naukowe często wskazują na niskie spożycie przez młodzież ciemnego pieczywa<sup>10,11</sup>. Warto zwrócić uwagę na fakt, że niedostateczne spożycie produktów zbożowych pociąga za sobą niedostateczną podaż błonnika pokarmowego. Jest to tym bardziej niekorzystne, że dieta bogata w błonnik nie tylko poprawia perystaltykę jelit, ale pozwala też na dłuższe odczuwanie sytości, ograniczając międzyposiłkowe łaknienie na słodczyce i inne wysokoenergetyczne produkty.

Kolejna grupa produktów spożywczych to mleko i przetwory mleczne, które należą do najbardziej wartościowych produktów spożywczych w żywieniu lu-

---

<sup>7</sup> Wądołowska L., *Grupy ludności podwyższonego ryzyka zaburzeń zdrowia i ich problemy żywieniowe*, [w:] *Żywność człowieka a zdrowie publiczne*, (red.) J. Gawęcki, W. Roszkowski, Warszawa, PWN, 2009, s. 219–240.

<sup>8</sup> Wierzbicka E., Roszkowski W., *Ocena spożycia żywności z uwzględnieniem produktów typu fast food w wybranej grupie młodzieży*, „Brom. Chem. Toksykol.”, 2005, 38 (supl.), s. 561–566.

<sup>9</sup> Reguła J., Zielke M., *Styl życia i preferencje pokarmowe dzieci i młodzieży otyłej w porównaniu z osobami o prawidłowych wskaźnikach rozwoju somatycznego*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 34, s. 47–52.

<sup>10</sup> Cieślak E., Filipiak-Florkiewicz A., Topolska K., *Częstotliwość spożycia wybranych grup produktów spożywczych oraz stan odżywienia młodzieży gimnazjalnej*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 36, s. 846–885.

<sup>11</sup> Waluś A., Wądołowska L., Cichon R., Długosz T., *Analiza zwyczajów żywieniowych młodzieży z Polski Północno-Wschodniej z zastosowaniem analizy czynnikowej*, „Bromat. Chem. Toksykol.”, 2006, 3, s. 217–222.

dzi. Zawierają one białko o wysokiej wartości odżywczej, znaczne ilości dobrze przyswajalnego wapnia, stanowią cenne źródło witamin B<sub>2</sub>, A, D, a także łatwo strawnego tłuszczu. Odpowiednia ilość mleka i jego przetworów w całodziennym jadłospisie stanowi zatem jedno z podstawowych zaleceń prawidłowego żywienia, szczególnie w okresie wzrostu i rozwoju organizmu. Niestety od wielu lat obserwujemy coraz niższe spożycie tych produktów, pomimo że na rynku asortyment wyrobów mlecznych jest bardzo bogaty<sup>12</sup>.

Warzywa i owoce są zdecydowanie ważnym składnikiem pożywienia człowieka – jako główne źródło witamin, składników mineralnych, zwłaszcza zasadotwórczych (wapń, potas, magnez), oraz błonnika. Walory żywieniowe tej grupy produktów spożywczych są na tyle ważne, że zaleca się codzienne spożywanie 3–5 porcji warzyw i 2–4 porcji owoców. Niestety pomimo dużego wyboru warzyw i owoców i zwiększenia ich dostępności niezależnie od pory roku obserwujemy stały spadkowy trend w spożyciu tej grupy produktów<sup>13</sup>. Aby zwiększyć spożycie warzyw i owoców wśród młodzieży szkolnej, Unia Europejska od kilku lat realizuje program „Owoce w szkole”. Głównym celem tego programu jest trwała zmiana nawyków żywieniowych dzieci poprzez zwiększenie udziału owoców i warzyw w ich całodziennym diecie oraz propagowanie zdrowego stylu życia. W Polsce program ten jest realizowany pod auspicjami Agencji Rynku Rolnego.

Nasiona roślin strączkowych są ważnym źródłem białka roślinnego, którego wartość odżywcza jest wyższa niż białka zbóż. Stanowią zamienniki mięsa. Niestety ich spożycie przez młodzież jest niewystarczające<sup>14,15</sup>.

Mięso i jego przetwory są podstawowym źródłem białka o wysokiej wartości odżywczej, wielu witamin z grupy B oraz składników mineralnych, przede wszystkim przyswajalnego żelaza, cynku oraz miedzi. Mięso i wędliny należą do tych produktów, których spożycie wśród młodzieży jest zwykle zbyt wysokie w porównaniu z zaleceniami<sup>16,17</sup>.

<sup>12</sup> Jeżewska-Zychowicz M., *Wpływ preferencji na konsumpcję mleka i przetworów mlecznych wśród młodzieży w wieku 13–15 lat*, „Acta Sci. Pol. Technologia Alimentaria”, 2004, 3(2), s. 171–182.

<sup>13</sup> Świdarska-Kopacz J., Marcinkowski T., Jankowska K., *Zachowania zdrowotne młodzieży gimnazjalnej i ich wybrane uwarunkowania. Cz. IV. Sposób żywienia*, „Probl. Hig. Epidemiol.”, 2008, 89(2), s. 241–245.

<sup>14</sup> Szczepańska B., Malczewska-Lenczewska M., Gajewski J., *Zwyczaje żywieniowe młodzieży gimnazjalnej z warszawskiej szkoły mistrzostwa sportowego*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 34, s. 578–585.

<sup>15</sup> Goluch-Koniuszy Z., *Ocena sposobu żywienia dzieci w okresie skoku pokwitaniowego z BMI ≤ 5 percentyla z terenu miasta Szczecina*, „Rocz. PZH”, 2010, 61, Nr 3, s. 307–315.

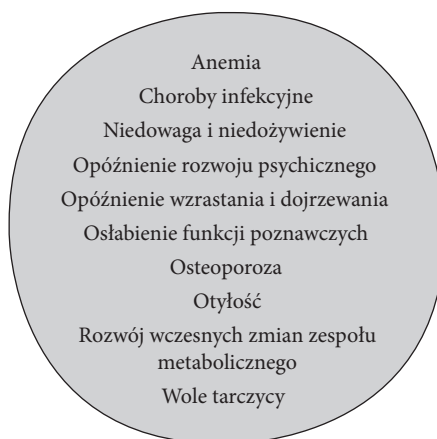
<sup>16</sup> Waluś A., Wądołowska L., Cichon R., *Wybrane zwyczaje żywieniowe i struktura spożycia produktów przez młodzież z regionu Suwalskiego i Olsztyna*, „Bromat. Chem. Toksykol. Supl.”, 2005, s. 585–589.

<sup>17</sup> Szczepańska B., Malczewska-Lenczewska M., Gajewski J., dz. cyt., s. 578–585.

Ryby, podobnie jak mięso, charakteryzują się białkiem o wysokiej wartości odżywczej, a kiedy są to ryby morskie, dostarczają znacznych ilości wielonienasyconych kwasów tłuszczowych n-3, koniecznych do prawidłowego rozwoju młodych organizmów. Również w tej grupie uwagę zauważa się niskie spożycie, zarówno ryb, jak i ich przetworów, przez dzieci i młodzież<sup>18</sup>.

### Niezbilansowanie wartości odżywczej racji pokarmowej i jego konsekwencje zdrowotne

Konsekwencją wadliwego żywienia jest nieodpowiedni stan odżywienia spowodowany zarówno niedoborowym, jak i nadmiernym spożywaniem energii, brakiem odpowiedniej podaży składników pokarmowych, jak również nieprawidłowym ich zbilansowaniem w diecie<sup>19</sup>. Przekarmianie oraz żywienie niezbilansowane odpowiadają za rozwój nadwagi i otyłości, zaburzenia w mineralizacji szkieletu i wczesne zmiany w metabolizmie, które w późniejszych okresach życia zwiększają ryzyko wystąpienia m.in. otyłości, nadciśnienia, miażdżycy, cukrzycy typu 2, osteoporozy, zmian zwyrodnieniowych stawów i nowotworów, a ostatecznie wpływają na skrócenie długości życia i jego jakość (ryc. 2).



Rycina 2. Za grożenia zdrowia spowodowane typowymi błędami żywieniowymi dzieci i młodzieży szkolnej

Źródło: Wądołowska L., *Żywieniowe podłoże zagrożeń zdrowia w Polsce*, Olsztyn, Wydawnictwo UWM w Olsztynie, 2010.

<sup>18</sup> Stefańska E., Falkowska A., Ostrowska L., *Wybrane zwyczaje żywieniowe dzieci i młodzieży w wieku 10–15 lat*, „Rocz. Państw. Zakł. Hig.”, 2012, 63, Nr 1, s. 91–98.

<sup>19</sup> Szponar L., Ołtarzewski M., *Epidemiologia niedożywienia dzieci i młodzieży w Polsce*, „Pediat. Współcz.”, 2004, 7,1, s. 53–60.

Ponadto zdarza się, że dziewczęta – na skutek sugestywnego działania mediów – podejmują głodówki i stosują diety redukujące masę ciała. Konsekwencją tego może być szereg zaburzeń m.in. w osiągnięciu szczytowej masy kostnej i rozwoju układu rozrodczego.

Niedożywienie białkowo-kaloryczne i niedowaga mogą mieć związek z występowaniem biegunek oraz infekcjami dolnych dróg oddechowych. W badaniach przeprowadzonych w 112 gimnazjach z pięciu regionów Polski stwierdzono, że niedobór masy ciała wśród młodzieży w wieku 13–15 lat występował u 4,2% uczniów, częściej u chłopców niż u dziewcząt i nieznacznie częściej na wsi niż w mieście. Uczniowie w wieku 13 lat częściej mieli niedobór masy ciała niż uczniowie ze starszych grup wiekowych. Niedobór masy ciała u gimnazjalistów występował najczęściej w województwie kujawsko-pomorskim (5,5%), a najrzadziej na Podlasiu (3,1%)<sup>20</sup>.

Otyłość na świecie uznawana jest za epidemię i stanowi jedno z najważniejszych wyzwań dla specjalistów z zakresu zdrowia publicznego. Przyczynia się lub jest czynnikiem ryzyka: cukrzycy typu 2, nowotworów macicy, jelita grubego i sutka, choroby nadciśnieniowej, zmian zwyrodnieniowych stawów, udaru mózgu i choroby niedokrwiennej serca. Zarówno otyłość, jak i mało aktywny tryb życia są odpowiedzialne za narastanie insulinoodporności, która wiąże się z występowaniem nietolerancji glukozy, dyslipidemii oraz podwyższonych wartości ciśnienia tętniczego. Na powiązanie zaburzeń metabolicznych wynikających z otyłości ze zwiększonym ryzykiem rozwoju chorób układu sercowo-naczyniowego zwróciło uwagę wielu badaczy, którzy zaproponowali, aby połączyć je we wspólny zespół. Początkowo był on nazwany zespołem X, a obecnie zespołem metabolicznym. Najczęściej wykorzystywanymi kryteriami zdefiniowania zespołu metabolicznego u dzieci, podobnie jak u osób dorosłych, są: otyłość, dyslipidemia, nadmierne wartości ciśnienia tętniczego oraz nietolerancja glukozy.

Obecnie na całym świecie około 1 miliarda osób ma nadmierną masę ciała, a liczba ta wciąż rośnie zarówno wśród dzieci, jak i dorosłych<sup>21</sup>. Światowa Organizacja Zdrowia w 2010 roku doliczyła się 43 milionów otyłych dzieci poniżej 5. roku życia<sup>22</sup>.

<sup>20</sup> Oblacińska A., Tabak I., Jodkowska M., *Demograficzne i regionalne uwarunkowania niedoboru masy ciała u polskich nastolatków*, „Przeegl. Epidemiol”, 2007, 61, s. 785–793.

<sup>21</sup> Felińczak A., *Otyłość jako narastający problem w Polsce jak i na świecie*, [w:] *Zdrowie dziecka a otyłość*, Felińczak A. (red.), Wrocław, MedPharm, 2010.

<sup>22</sup> Światowa Organizacja Zdrowia, *Overweight and obesity*, [www.who.int/mediacentre/factsheets/fs13/en/](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs13/en/) [dostęp: 3.10.2016].



Błędy w odżywianiu dzieci i młodzieży skutkują jednak nie tylko niewłaściwą podażą energii, ale również niewystarczającym lub nadmiernym spożyciem wielu niezbędnych składników pokarmowych.

Spośród witamin najistotniejszą w okresie dorastania dzieci i młodzieży jest witamina D. Niedostateczna jej podaż w dietach polskich dzieci i młodzieży może prowadzić do krzywicy, hipokalcemii oraz osteomalacji, co wskazuje na potrzebę suplementacji tą witaminą sugerowanej przez grono polskich ekspertów<sup>23</sup>.

Inną witaminą, której spożycie w młodym wieku jest szczególnie ważne, m.in. ze względu na jej wpływ na odporność organizmu i wykorzystanie żelaza, jest witamina C. Trzecią witaminą, gdy chodzi o częstości występowania niedoborów w żywieniu dzieci i młodzieży, są foliany. Ich niedobory, wynikające z niedostatecznego ich spożycia, wchłaniania lub zwiększonego zapotrzebowania, mogą powodować niedokrwistość megaloblastyczną, a u dziewcząt w okresie dojrzewania wpłynąć na występowanie dysfunkcji umysłowych.

Spośród składników mineralnych w żywieniu dzieci i młodzieży największy problem stanowi wapń, magnez, żelazo i cynk. Niedoborowe spożycie wapnia w szczególności w okresie pokwitania może mieć poważne konsekwencje, gdyż uniemożliwia osiągnięcie wysokiej szczytowej masy kostnej, zwiększając ryzyko osteoporozy w przyszłości, zwłaszcza gdy deficytowi wapnia towarzyszy niedoborowe spożycie witaminy D. Na metabolizm wapnia w organizmie istotny wpływ ma magnez. Potrzeba adekwatnego spożycia magnezu z dietą wynika zarówno z tego, że pełni on rolę aktywatora wielu układów enzymatycznych, odpowiedzialnych za przemiany energetyczne w komórkach, jak i z tego, że wpływa na zwiększenie gęstości mineralnej kości (zmniejszając ryzyko rozwoju osteoporozy) i łagodzi reakcje stresowe.

Kolejnym bardzo ważnym składnikiem odżywczym w żywieniu dzieci i młodzieży jest żelazo, którego niedostateczna podaż z dietą może doprowadzić do anemii oraz opóźnienia rozwoju motorycznego i psychicznego. Z kolei niedobory cynku w młodym wieku najczęściej skutkują zwiększonym ryzykiem zachorowalności na infekcje dolnych dróg oddechowych i biegunki, sprzyjają zmianom łuszczycopodobnym, zahamowaniu wzrostu, utracie apetytu, hipogonadyzmowi oraz zaburzeniom w odczuwaniu smaku.

### Zalecenia żywieniowe dla dzieci i młodzieży

W trosce o zdrowie dzieci i młodzieży coraz bardziej przykłada się szczególną uwagę do upowszechniania wśród młodego pokolenia zasad prawidłowego

---

<sup>23</sup> Dobrzańska A. i zespół ekspertów, *Polskie zalecenie dotyczące profilaktyki niedoborów witaminy D-2009*, „Pol. Merk. Lek.”, 2010, XXVIII, 164, s. 130–133.

żywienia i zdrowego życia. W Polsce w ostatnich latach ukazały się następujące zalecenia żywieniowe dla dzieci i młodzieży w wieku szkolnym: Instytutu Matki i Dziecka (1997), Rady ds. Diety, Aktywności Fizycznej i Zdrowia przy Ministrze Zdrowia (2009) oraz Instytutu Żywności i Żywienia (2009 – ryc. 3. i tab. 1; w 2016 r. opublikowano zalecenia skierowane dla całej populacji ludności w Polsce – ryc. 4 i tab. 2).

Zalecenia opracowane przez pracowników Zakładu Medycyny Szkolnej Instytutu Matki i Dziecka przedstawiono w postaci czterosegmentowej piramidy zdrowego żywienia i dołączono doń przewodnik. Zalecenia sformułowano w sześciu punktach i zachęcano w nich do:

- korzystania z różnorodności produktów spożywczych,
- częstego spożywania produktów zbożowych, warzyw i owoców,
- wybierania mleka i przetworów mlecznych o małej zawartości tłuszczu oraz chudego mięsa i wędlin, a także cotygodniowego spożycia ryb,
- prowadzenia aktywnego trybu życia i kontrolowania co kilka miesięcy masy ciała, by odpowiednio dostosować ilość kalorii dostarczanych z pokarmem do wydatków energetycznych organizmu,
- regularnego spożywania posiłków, co cztery godziny w możliwie stałych porach według zasady 4 x 4 (cztery posiłki dziennie co 4 godziny), akcentując ważność dla zdrowia pierwszego i drugiego śniadania,
- ograniczania spożycia soli kuchennej do 6 g na dzień, unikania napojów alkoholowych i mocnej kawy.

Ponadto w bardzo przejrzysty sposób wytłumaczono, dlaczego należy ograniczać spożycie cholesterolu (spożywanie podrobów nie częściej niż raz w miesiącu, zastępowanie masła margaryną, uwzględnianie do smażenia i surówek oliwy i olejów roślinnych). Zwrócono również uwagę na podjadanie między posiłkami, które często pozbawia ochoty na podstawowe posiłki, szkodzi zębom i dostarcza nadmiaru pustych kalorii<sup>24</sup>.

W 2009 roku ukazały się zalecenia żywieniowe dla dzieci i młodzieży opracowane przez Instytut Żywności i Żywienia w Warszawie. Stworzono rysunek zawierający piramidę zdrowego żywienia oraz krótkie jej omówienie mające na celu pokazanie zasad racjonalnego żywienia a także proporcji udziału poszczególnych produktów w diecie młodego człowieka.

---

<sup>24</sup> Gawęcki J., Roszkowski W. (red), Żywnienie u progu i schyłku życia, Poznań, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu, 2013.



## Piramida Zdrowego Żywienia



Rycina 3. Piramida zdrowego żywienia dla dzieci i młodzieży

Źródło: [www.izz.waw.pl](http://www.izz.waw.pl) (2009).

Tab. 1. Zasady Zdrowego Żywienia Dzieci i Młodzieży (2009)

<b>ZASADY ZDROWEGO ŻYWIENIA DZIECI I MŁODZIEŻY W WIEKU SZKOLNYM</b>	
1.	Jedz codziennie różne produkty z każdej grupy uwzględnionej w piramidzie.
2.	Bądź codziennie aktywny fizycznie – ruch korzystnie wpływa na sprawność i prawidłową sylwetkę.
3.	Źródłem energii w Twojej diecie powinny być produkty znajdujące się u podstawy piramidy.
4.	Spożywaj codziennie przynajmniej od trzech do czterech porcji mleka lub produktów mlecznych takich jak: jogurty, kefiry, maślanki, sery.

5. Jedz codziennie dwie porcje produktów z grupy – mięsa, ryby, jaja. Uwzględnij też nasiona roślin strączkowych.
6. Każdy posiłek powinien uwzględniać warzywa i owoce.
7. Ograniczaj spożycie tłuszczów, w szczególności zwierzęcych.
8. Ograniczaj spożycie cukru i słodczy i słodkich napojów.
9. Ograniczaj spożycie słonych produktów, odstaw solniczkę.
10. Pij codziennie odpowiednią ilość wody.

Źródło: www.izz.waw.pl (2009).



## PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA I AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ

### CO TO JEST PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA I AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ?

Jest to jak najprostsze i jak najkrótsze ogólne przedstawienie kompleksowej idei żywienia, której realizacja daje szansę na zdrowe długie życie oraz zachowanie sprawności intelektualnej i fizycznej do późnych lat życia.

### JAK ROZUMIEĆ / CZYTAĆ PIRAMIDĘ?

Piramida to graficzny opis odpowiednich proporcji różnych, niezbędnych w codziennej diecie, grup produktów spożywczych. Im wyższe piętro piramidy, tym mniejsza ilość i częstota spożywanych produktów z danej grupy żywności.

### DO KOGO KIEROWANA JEST PIRAMIDA?

Piramida kierowana jest do osób zdrowych w celu zachowania dobrego stanu zdrowia.

Należy pamiętać, że w przypadku współistnienia chorób cywilizacyjnych (typu otyłość, cukrzyca, choroba niedokrwienna serca, nadciśnienie, osteoporoza) konieczna może być modyfikacja proponowanych zaleceń w porozumieniu z lekarzem i dietetykiem.



SPOŻYWANIE ZALEGANÝCH W PIRAMIDZIE PRODUKTÓW SPOŻYWCZYCH W ODPOWIEDNICH ILOŚCIACH I PROPORCJACH ORAZ CODZIENNA AKTYWNOŚĆ SĄ KLUCZEM DO ZDROWIA I DOBREGO SAMOPOCZUCIA.

Rycina 4. Piramida zdrowego żywienia

Źródło: www.izz.waw.pl (2016).

Tab. 2. Zasady Zdrowego Żywienia (2016)

<b>ZASADY ZDROWEGO ŻYWIENIA</b>
1. Spożywaj posiłki regularnie (4–5 posiłków) co 3–4 godziny.
2. Warzywa i owoce spożywaj jak najczęściej i w jak największej ilości, co najmniej połowę tego, co jesz. Pamiętaj o właściwych proporcjach: $\frac{3}{4}$ warzywa, $\frac{1}{4}$ owoce.
3. Spożywaj produkty zbożowe, zwłaszcza pełnoziarniste.
4. Codziennie spożywaj co najmniej 2 szklanki mleka. Możesz je zastąpić jogurtem, kefirem i częściowo serem.
5. Ograniczaj spożycie mięsa (zwłaszcza czerwonego i przetworzonych produktów mięsnych do 0,5 kg/tydzień). Jedz ryby, nasiona roślin strączkowych, jaja.
6. Ograniczaj spożycie tłuszczów zwierzęcych. Zastępuj je olejami roślinnymi.
7. Unikaj spożycia cukru i słodyczy. Zastępuj je owocami i orzechami.
8. Nie dosalaj potraw i kupuj produkty z niską zawartością soli. Używaj ziół, mają cenne składniki i poprawiają smak.
9. Pamiętaj o piciu wody, co najmniej 1,5 l dziennie.
10. Nie spożywaj alkoholu.

Źródło: www.izz.waw.pl (2016).



[www.trzymajforme.pl](http://www.trzymajforme.pl)

Ryc. 5. Talerz zdrowia

Źródło: Rada ds. Diety, Aktywności Fizycznej i Zdrowia przy Ministrze Zdrowia (2009).

W piramidzie zwrócono uwagę na udział tłuszczów w diecie, ze wskazaniem na zwiększenie spożycia tłuszczów roślinnych. Dodatkowo nadano szczególne znaczenie unikaniu soli i odpowiedniemu spożyciu wody (co najmniej 1,5 l dziennie), co pokazano poprzez symbole graficzne na boku piramidy. Istotnym aspektem tego graficznego przekazu była również uwaga zwrócona na aktywność fizyczną (co najmniej 60 minut dziennie).

Inna formą przekazu zaleceń żywieniowych jest zaproponowany przez Radę ds. Diety, Aktywności Fizycznej i Zdrowia przy Ministrze Zdrowia (2009) talerz zdrowia (ryc. 5). Talerz ten podzielono na pięć części, których wielkość odpowiada pożądanemu udziałowi w diecie dzieci i młodzieży tych samych głównych grup produktów spożywczych, jakie zostały wyróżnione w piramidzie IŻŻ. Sformułowano również osiem zasad zdrowego żywienia umieszczonych wokół talerza.

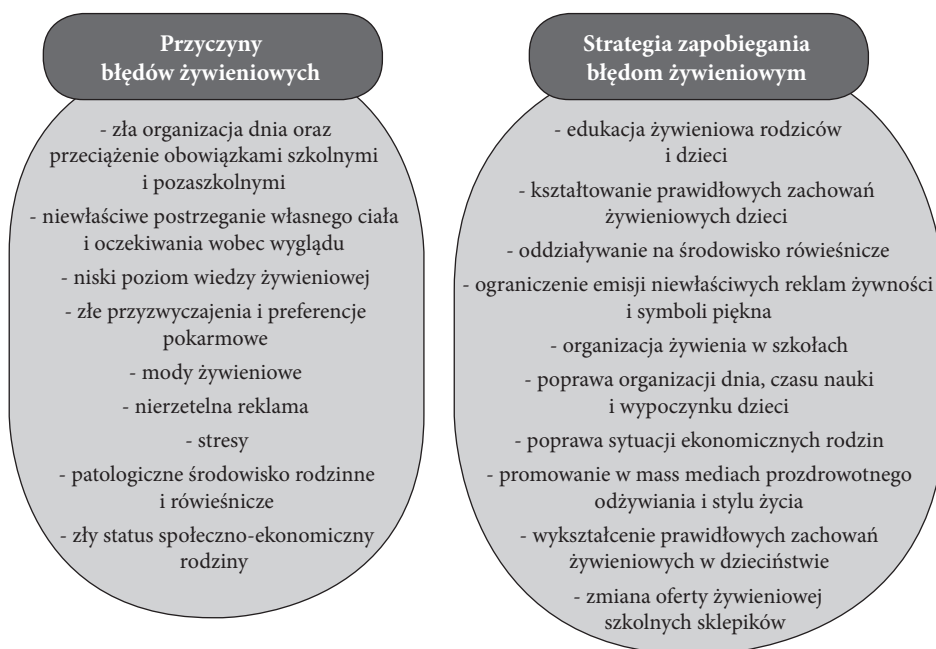
### **Upowszechnianie wiedzy o żywieniu i żywności wśród dzieci i młodzieży**

Głównym celem upowszechniania wiedzy o żywieniu jest osiągnięcie poprawy stanu zdrowia społeczeństwa. Może być to możliwe dzięki celom podrzędnym, do których należą poznanie, zrozumienie i zaakceptowanie zasad prawidłowego żywienia oraz wykształcenie świadomej potrzeby praktycznego stosowania tych zasad jako istotnego elementu profilaktyki chorób na tle wadliwego żywienia. Istotnym jednak elementem jest zmiana niewłaściwych nawyków i zwyczajów żywieniowych. Upowszechnianiu wiedzy o żywności w różnych grupach wiekowych mogą sprzyjać:

- odpowiednia polityka państwa, sprowadzająca się przede wszystkim do działań legislacyjnych, przydziału środków finansowych na wspieranie profilaktyki zdrowotnej, w tym żywieniowej, oraz podejmowania decyzji o wzbogaceniu żywności i nadzorowaniu jej realizacji;
- poprawa organizacji rynku żywności poprzez współdziałanie różnych jego sektorów, podnoszenie jakości środków spożywczych, działania promujące żywność wysokowartościową i zachęcającą producentów do zwiększania jej produkcji kosztem produkcji o niższej wartości odżywczej, poprzez znakowanie żywności (informacja żywieniowa o wartości odżywczej produktu), rzetelność przekazów reklamowych;
- przestrzeganie oraz egzekwowanie prawa żywnościowego, zwłaszcza dotyczącego zachowania odpowiednich warunków zgodnie z wymaganiami systemu HACCP, GHP);
- kształtowanie odpowiedzialności oraz pożądanых postaw wśród dziennikarzy i autorów materiałów popularyzujących żywienie w środkach masowego przekazu (ryc. 6).

Od wielu lat lekarze, dietetycy czy żywieniowcy obserwują szereg symptomów, które jednoznacznie zmuszają do działań mających na celu upowszechnianie wiedzy o żywieniu i żywności. Należą do nich m.in.:

- nieprawidłowe nawyki, tradycje i zwyczaje żywieniowe;
- stosunkowo mała wiedza żywieniowa, zwłaszcza dzieci, młodzieży, osób dorosłych i starszych, u osób o niskim statusie społeczno-ekonomicznym i o niskim poziomie wykształcenia ogólnego;
- częste występowanie schorzeń na tle wadliwego żywienia;
- trudności w doborze żywności oferowanej w sklepach, spowodowane bogatym asortymentem produktów, niezrozumieniem informacji umieszczonej na ich opakowaniach i nierzadko niewłaściwym ich oznakowaniu;
- nieodpowiednia, mylna reklama środków spożywczych;
- mody żywieniowe, panujące i pojawiające się szczególnie w środowisku młodych ludzi;
- nieprawidłowe, błędne informacje przekazywane przez środki masowego przekazu (szczególnie telewizję).



Ryc. 6. Przyczyny błędów żywieniowych dzieci i młodzieży szkolnej i strategii zapobiegania

Źródło: Wądołowska L., Żywieniowe Podłoże Zagrożeń Zdrowia w Polsce, Olsztyn, Wydawnictwo UWM w Olsztynie, 2010.

Z uwagi na wyżej wymienione problemy od wielu lat dokonywane są liczne działania mające na celu poprawę sposobu żywienia, głównie dzieci i młodzieży. Do takich przedsięwzięć należą m.in. programy edukacyjne, które mają na celu promocję zdrowia w różnych jego aspektach.

Program „Owoce w szkole”, o którym już wspominałam, jako element Wspólnej Polityki Rolnej realizowany ze środków UE. Program ten kierowany jest do uczniów klas 1–3 szkół podstawowych i ma na celu zachęcenie do spożywania większych ilości warzyw i owoców, a tym samym przyczynienie się do ukształtowania dobrych nawyków żywieniowych, które będą utrzymywały się w latach późniejszych.

Kolejny program to „Szkłanka mleka”. Łączy on edukację żywieniową z dbałością o zdrowie dzieci i młodzieży szkolnej oraz kształtowanie nawyku regularnego spożywania mleka i przetworów mlecznych<sup>25</sup>.

Inny program, który cieszy się rosnącym zainteresowaniem, to „Trzymaj formę”. W jego ramach młodzież ma uczyć się prawidłowych nawyków żywieniowych przy jednoczesnym propagowaniu aktywności fizycznej. Główne założenia programu to:

- kształtowanie prozdrowotnych nawyków stylu życia i sposobu odżywiania,
- zachęcanie do aktywności fizycznej zarówno w ramach zajęć szkolnych, jak i rekreacji,
- dostarczanie wiedzy na temat sposobu odżywiania z położeniem szczególnego nacisku na urozmaicenie i zbilansowanie diety pod względem energetycznym i odżywczym,
- wyrobienie umiejętności z korzystania z informacji zamieszczonych na opakowaniach produktów spożywczych.

Przykładem następnego programu jest kampania „Wiem, co jem”. Jej cel stanowi edukacja prozdrowotna dzieci i młodzieży poprzez specjalne wydawnictwa, warsztaty, konkursy oraz poprawa organizacji żywienia w placówkach oświatowych, w tym oferty sklepików szkolnych<sup>26</sup>.

## **Żywnie jako element „bezpiecznej” szkoły**

Okres szkolny to moment, w którym następuje wydłużanie się czasu przebywania dzieci i młodzieży poza domem, w miarę jak rozszerza się program nauczania i dochodzą dodatkowe zajęcia pozalekcyjne. Oznacza to, że większość nich

---

<sup>25</sup> Tamże.

<sup>26</sup> Tamże.



młodych musi zjeść posiłek w szkole, aby spełnić wymóg co najmniej czterech posiłków spożywanych dziennie. W przeciwnym wypadku pojawia się odczucie głodu i stan odwodnienia organizmu, co obniża zdolność koncentracji uwagi i zapamiętywania wiedzy przekazywanej na lekcjach, nasila odczucie zmęczenia, a jednocześnie może spowodować drażliwość i skłonność do konfliktów. Posiłek podawany dzieciom w szkołach powinien być tak skomponowany, aby spełnić następujące funkcje:

- dostarczając wysokowartościowego białka (głównie poprzez produkty mleczne i jego przetwory), zapewnił bardziej efektywne wykorzystanie białek spożywczych w pierwszym śniadaniu i obiedzie;
- dzięki zawartym w nim węglowodanom złożonym (ciemne, pełnoziarniste pieczywo, kasze, otręby pszenne, ciemne makarony) umożliwił stopniowy wzrost stężenia glukozy we krwi, który utrzyma się przez dłuższy czas na poziomie optymalnym dla prawidłowego funkcjonowania mózgu;
- przez wypicie odpowiedniej ilości płynu (woda, niesłodzone soki, niesłodzone ciepłe napoje) uzupełnił ubytek wody w organizmie, który powstaje głównie poprzez lekcje wychowania fizycznego oraz temperaturę otoczenia.

Idealnie byłoby, gdyby każdy uczeń mógł zjeść spokojnie ciepły posiłek w szkole, jednak do tego potrzebna jest odpowiednia infrastruktura oraz wyposażenie, które niestety często są nieosiągalne. Dlatego też warto zwrócić uwagę na spożycie w szkole drugiego śniadania, które powinno składać się z kanapki, napoju mlecznego, owocowego lub owocowo-warzywnego. Co zatem powinna zawierać „idealna kanapka”? Powinna w swoim składzie uwzględnić komponent węglowodanowy (najlepiej pieczywo razowe, graham lub z ziarnami), komponent białkowy (na przykład twaróg, żółty ser, chuda wędlna, jajko, pasta rybna lub jajeczna) i komponent witaminowo-mineralny (sałata, rzodkiewka, pomidor, ogórek, papryka). Dzieci, które nie zabrały z domu drugiego śniadania, powinny mieć możliwość zakupienia go w bufecie lub sklepiku szkolnym. I tutaj najczęściej pojawia się problem właściwego doboru sprzedawanych produktów. Punkty sprzedaży produktów spożywczych w szkołach powinny kształtować prozdrowotne zwyczaje żywieniowe, zapewniając tym samym bezpieczeństwo zdrowotne. Żywność, oprócz dostarczania niezbędnych dla organizmu składników odżywczych, powinna charakteryzować się odpowiednią jakością zdrowotną. Na jakość zdrowotną środka spożywczego składa się bezpieczeństwo produktu i jego wartość odżywcza, w tym kaloryczna i dietetyczna. Bezpieczeństwo zdrowotne żywności definiowane jest przez Codex Alimentarius<sup>27</sup> jako zapewnienie, że żywność nie spowoduje uszczerbku na zdrowiu konsumenta, jeśli jest przygotowana i/lub spożywana zgodnie z zamierzonym

---

<sup>27</sup> Codex Alimentarius, *Food Hygiene Basic Texts*, FAO/WHO, Rzym, 2003.

zastosowaniem. Polska ustawa o bezpieczeństwie żywności i żywienia definiuje bezpieczeństwo żywności jako „ogół warunków, które muszą być spełniane, dotyczących w szczególności: stosowanych substancji dodatkowych i aromatów, poziomów substancji zanieczyszczających, pozostałości pestycydów, warunków napromieniania żywności, cech organoleptycznych i działań, które muszą być podejmowane na wszystkich etapach produkcji lub obrotu żywności w celu zapewnienia zdrowia i życia człowieka<sup>28</sup>”. W związku z powyższym zadaniem szkoły jest czuwanie nad „bezpieczeństwem” zdrowotnym żywności poprzez eliminowanie ze swoich sklepików produktów – przekąsek słodkich i słonych (na przykład: batony, ciastka, wafle, słone paluszki, pizza, hot-dog) czy napojów słodkich niegazowanych lub gazowanych. Wszystkie te produkty zawierają „puste kalorie” i są stosunkowo ubogie w witaminy, składniki mineralne, błonnik czy inne substancje prozdrowotne. Konsumowanie takich produktów w większych ilościach i przez dłuższy czas nie tylko nie sprzyja rozwojowi psychofizycznemu uczniów, lecz także przyczynia się do upowszechniania chorób dietozależnych, takich jak otyłość, próchnica zębów, cukrzyca typu II czy choroby układu krążenia. Ze sklepików powinny również zniknąć gummy do żucia, żelki, napoje energetyzujące, które oprócz cukru zawierają substancje pobudzające (kofeina, guarana, karnityna) o działaniu uzależniającym. Natomiast do produktów, które powinny zostać uwzględnione w bufetach szkolnych, należą wskazane wcześniej kanapki, woda źródlana lub mineralna, napoje i produkty mleczne, a także owoce i warzywa zarówno w postaci świeżego produktu, jak i poddanego procesowi liofilizacji.

W ramach „bezpiecznej” szkoły mieści się zatem: edukacja żywieniowa, upowszechnianie wiedzy o żywieniu i żywności w postaci pogadank, wykładów, czynnej dyskusji. Z drugiej strony istotnym elementem zapewniającym „bezpieczeństwo żywieniowe” w szkole jest możliwość dostępu do prozdrowotnych produktów i potraw w sklepiku szkolnym, a także możliwość korzystania z ciepłego posiłku w stołówce szkolnej. Powyższe działania otaczają bezpieczeństwem dzieci i młodzież w aspekcie sposobu żywienia, co w konsekwencji ma istotny wpływ na ich stan odżywienia i zdrowia.

#### **BIBLIOGRAFIA**

- Cieślak E., Filipiak-Florkiewicz A., Topolska K., *Częstotliwość spożycia wybranych grup produktów spożywczych oraz stan odżywienia młodzieży gimnazjalnej*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 36, s. 846–848.
- Cisek M., Martko H., Schlegel-Zawadzka M., *Ocena sposobu żywienia uczniów w Zubrzy cy Górnej*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 36, s. 846–851.

<sup>28</sup> Kałużyn-Krajewska D., *Jakość i bezpieczeństwo żywności w sprzedaży bezpośredniej. Opinie i ekspertyzy OE – 231*, Warszawa, Kancelaria Senatu, kwiecień 2015.

- Codex Alimentarius, *Food Hygiene Basic Texts*, Rzym, FAO/WHO, 2003.
- Dobrzańska A. i zespół ekspertów, *Polskie zalecenie dotyczące profilaktyki niedoborów witaminy D-2009*, „Pol. Merk. Lek.”, 2010, XXVIII, 164, s. 130–133.
- Felińczak A., *Otyłość jako narastający problem w Polsce jak i na świecie*, [w:] *Zdrowie dziecka a otyłość*, Felińczak A. (red.), Wrocław, MedPharm, 2010.
- Gawęcki J., Roszkowski W. (red), *Żywność u progu i schyłku życia*, Poznań, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu, 2013.
- Goluch-Koniuszy Z., *Ocena sposobu żywienia dzieci w okresie skoku pokwitaniowego z BMI ≤ 5 percentyla z terenu miasta Szczecina*, „Rocz. PZH”, 2010, 61, Nr 3, s. 307–315.
- Iłow R., Iłow-Regulska B., Płonka K., Biernat J., *Ocena zwyczajów żywieniowych gimnazjalistów z Oleśnicy*, „Bromat. Chem. Toksykol.”, 2009, XLII, 3, s. 693–698.
- Jeżewska-Zychowicz M., *Wpływ preferencji na konsumpcję mleka i przetworów mlecznych wśród młodzieży w wieku 13–15 lat*, „Acta Sci. Pol., Technologia Alimentaria”, 2004, 3(2), s. 171–182.
- Kałużyn-Krajewska D., *Jakość i bezpieczeństwo żywności w sprzedaży bezpośredniej. Opinie i ekspertyzy OE – 231*, Warszawa, Kancelaria Senatu, kwiecień 2015.
- Kirpsza-Roszko I., Olejnik B., Zalewska M., Marcinkiewicz S., Maciorkowska E., *Wybrane nawyki żywieniowe a stan odżywiania dzieci i młodzieży regionu Podlasia*, „Probl. Hig. Epidemiol.”, 2011, 92 (4), s. 799–805.
- Lange E., Gandziarek D., Niebuda-Tymolewska B., *Skład ciała i wybrane nawyki żywieniowe dzieci w wieku 14–17 lat*, „Bromat. Chem. Toksykol.” 2011, XLIV, 3, s. 389–397.
- Oblacińska A., Tabak I., Jodkowska M., *Demograficzne i regionalne uwarunkowania niedoboru masy ciała u polskich nastolatków*, „Przegl. Epidemiol.”, 2007, 61, s. 785–793.
- Reguła J., Zielke M., *Styl życia i preferencje pokarmowe dzieci i młodzieży otyłej w porównaniu z osobami o prawidłowych wskaźnikach rozwoju somatycznego*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 34, s. 47–52.
- Socha J., Socha P., Weker H., Neuhoff-Murawska A., *Żywność dzieci a zdrowie wczoraj, dziś i jutro*, „Pediatria współczesna, Gastroenterologia, Hepatologia i Żywność Dziecka”, 2010, 12, 1, s. 34–37.
- Stefańska E., Falkowska A., Ostrowska L., *Wybrane zwyczaje żywieniowe dzieci i młodzieży w wieku 10–15 lat*, „Rocz. Państw. Zakł. Hig.”, 2012, 63, Nr 1, s. 91–98.
- Szczepańska B., Malczewska-Lenczewska M., Gajewski J., *Zwyczaje żywieniowe młodzieży gimnazjalnej z warszawskiej szkoły mistrzostwa sportowego*, „Żyw. Człow. Metab.”, 2007, 34, s. 578–585.
- Szponar L., Ołtarzewski M., *Epidemiologii niedożywienia dzieci i młodzieży w Polsce*, „Pediat. Współcz.”, 2004, 7,1, s. 53–60.
- Światowa Organizacja Zdrowia, *Overweight and obesity*, [www.who.int/mediacentre/factsheets/fs13/en/](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs13/en/) [dostęp: 3.10.2016].
- Świdarska-Kopacz J., Marcinkowski T., Jankowska K., *Zachowania zdrowotne młodzieży gimnazjalnej i ich wybrane uwarunkowania. Cz. IV. Sposób żywienia*, „Probl. Hig. Epidemiol.”, 2008, 89(2), s. 241–245.

- Waluś A., Wądołowska L., Cichon R., Długosz T., *Analiza zwyczajów żywieniowych młodzieży z Polski Północno-Wschodniej z zastosowaniem analizy czynnikowej*, „Bromat. Chem. Toksykol.”, 2006, 3, s. 217–222.
- Waluś A., Wądołowska L., Cichon R., *Wybrane zwyczaje żywieniowe i struktura spożycia produktów przez młodzież z regionu suwalskiego i Olsztyna*, „Bromat. Chem. Toksykol. Supl.”, 2005, s. 585–589.
- Waszkiewicz L., Rogowska J., *Racjonalne żywienie w aspekcie zarządzania własnym zdrowiem a efekty uczenia się*, [w:] *Rola i zadania medycyny społecznej u progu XXI wieku*, Wrocław, Akademia Medyczna we Wrocławiu, 2002, s. 91–96.
- Wądołowska L., *Grupy ludności podwyższonego ryzyka zaburzeń zdrowia i ich problemy żywieniowe*, [w:] *Żywienie człowieka a zdrowie publiczne*, (red.) J. Gawęcki, W. Roszkowski, Warszawa, PWN, 2009, s. 219–240.
- Wierzbicka E., Roszkowski W., *Ocena spożycia żywności z uwzględnieniem produktów typu fast food w wybranej grupie młodzieży*, „Brom. Chem. Toksykol.”, 2005, 38 (supl.), s. 561–566.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Grupy żywności wchodzące w strukturę piramidy żywienia i ich znaczenie dla organizmu człowieka.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Zapoznanie się z grupami żywności wchodzącymi w strukturę piramidy żywienia i ich znaczeniem dla organizmu człowieka.

### 4. Cele szczegółowe:

- Uczniowie wymienią role piramidy żywienia w życiu człowieka.
- Uczniowie wymienią poszczególne grupy żywności wchodzące w skład piramidy żywienia.
- Uczniowie podadzą role poszczególnych grup żywności piramidy żywienia dla organizmu człowieka.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Pojęcie piramidy żywienia.
- Grupy żywności budujące piramidę żywienia.
- Rola piramidy w żywieniu człowieka.
- Rola poszczególnych grup żywności piramidy żywienia dla organizmu człowieka.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Wykład wprowadzający,
- „Burza mózgów”,
- Warsztaty - praca w parach i w grupie.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Prezentacja multimedialna do wykładu,
- Duże arkusze papieru, pisaki,
- Ilustracje grup produktów spożywczych z gazetek promocyjnych, kolorowych czasopism.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Zasady racjonalnego żywienia. Omówienie roli piramidy żywieniowej
Metody realizacji	Wykład
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Prezentacja multimedialna przygotowana przez nauczyciela
Czynności prowadzącego	Wyjaśnia pojęcie „żywienie człowieka”, „racjonalny sposób żywienia”
Czynności uczestników	Słuchają wykładu i notują to, co ich zaskoczyło, co wykraczało poza ich rozumienie tego tematu
Uwagi realizacyjne	Wykład można poprzedzić pogadanką i wówczas różnice w pojmowaniu tych zagadnień przez uczniów i naukę można podsumować po wykładzie

Treści kształcenia	Rola poszczególnych grup żywności w zmniejszaniu ryzyka chorób dietozależnych
Metody realizacji	Burza mózgów, dyskusja i autorefleksja
Czas trwania	30 minut
Materiały do zajęć	Przygotowana przez nauczyciela plansza lub slajd
Czynności prowadzącego	Zapisuje pomysły zgłaszane przez uczniów na tablicy, kieruje nadawaniem rangi poszczególnym pomysłom. Kieruje dyskusją wzbudzając autorefleksję
Czynności uczestników	Zgłaszają pomysły dotyczące występowania niepożądanych skutków zdrowotnych w kontekście żywienia. Dyskutują, zastanawiając się dlaczego nadali taką rangę poszczególnym czynnikom i dlaczego niektórych nie uwzględniono
Uwagi realizacyjne	Po zakończeniu burzy mózgów nauczyciel pokazuje slajd przygotowany na podstawie literatury przedmiotu

Treści kształcenia	Rola i znaczenie poszczególnych grup żywności w piramidzie żywienia w kontekście stanu zdrowia
Metody realizacji	Praca w zespołach
Czas trwania	30 minut
Czynności prowadzącego	Dzieli klasę na zespoły po ok. 5 osób

Czynności uczestników	Przygotowują plakat, na którym umiejscawiają poszczególne grupy żywności wycięte z kolorowych czasopism i gazetek promocyjnych według poziomów piramidy żywienia.
-----------------------	---

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć i autorefleksja
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Kieruje dyskusją uczniów
Czynności uczestników	Podsumowują czego się nauczyli i jak ta wiedza może być wykorzystana w praktyce
Uwagi realizacyjne	Każda z przedstawionych części lekcji może stanowić odrębną całość, lekcję

#### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Obserwacja uczniów i ich wzajemnych relacji.
- Zadanie domowe, np. opisanie jednej z grup żywności wchodzącej w skład piramidy żywienia i jej wpływu na organizm człowieka.





Ewa Kaniewska - Mackiewicz

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## ZACHOWANIA PARAAANOREKTYCZNE U DZIEWCZĄT W GIMNAZJUM

We współczesnym świecie istnieje wyraźny trend polegający na tym, iż młode kobiety pragną posiadać idealny wygląd. Wierzą bowiem, że to pomoże im osiągnąć sukces, zdobyć przyjaciół i ukochanego mężczyznę. Przekonanie, iż powierzchowność jest ważniejsza od wnętrza, rozpowszechniła pośród nich telewizja, lansując wizerunki atrakcyjnych i niebywale szczupłych gwiazd, przedstawiając ich życie jako idealne. Ten rodzaj manipulacji szczególnie oddziałuje na młode osoby, które często nie mają jeszcze świadomości tego, iż rzeczywistość jest zdecydowanie bardziej złożona, a nawet najwspanialszy wizerunek nie gwarantuje szczęścia.

### Sposoby definiowania anoreksji i jej kryteria diagnostyczne

Anoreksja, czyli inaczej jadłowstręt psychiczny, jest jednym z zaburzeń odżywiania. Z uwagi na skalę zjawiska, częstotliwość zachorowań (zwłaszcza pośród młodych dziewcząt) doczekała się ona dość bogatej bibliografii. Jej temat porusza się również na stronach internetowych dotyczących zdrowego stylu życia, problemów z zakresu psychologii. Zagadnienie różnie jest definiowane. W pracy pt. *Pedagogiczna diagnoza i profilaktyka zaburzeń odżywiania się u młodzieży szkolnej* Marta Kowalczyk podsumowuje medyczne ujęcia problemu następująco: „w literaturze psychologicznej i medycznej anoreksję określa się najczęściej jako schorzenie o podłożu psychicznym, którego istotą jest świadome, rygorystyczne ograniczanie ilości przyjmowanych pokarmów, silne koncentrowanie się na wyglądzie i masie ciała powiązane z panicznym lękiem przed przybraniem na wadze. Anoreksja dotyka najczęściej dziewczęta w okresie adolescencji (między 12. a 19. rokiem życia)”<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> KOWALCZYK M., *Pedagogiczna diagnoza i profilaktyka zaburzeń odżywiania się u młodzieży szkolnej*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2008, s. 17.

Z powyższych spostrzeżeń wynika jasno, iż choroba, nad którą skoncentrowano się w niniejszych rozważaniach, stanowi kwestię psychiczną, a niedogodności fizyczne są jedynie jej rezultatem. Nastolatki pragną za wszelką cenę być szczupłe, sprostać ideałowi piękna i wciąż wydaje im się, że mimo utraty wagi ich wygląd nie jest zadowalający. Owładnięte obsesją posiadania idealnej figury doprowadzają swoje organizmy do wyniszczenia.

*Anorexia nervosa* to rodzaj fobii, choroba cywilizacyjna polegająca na tym, iż człowiek odczuwa strach, że nie sprosta wymogom współczesnego świata<sup>2</sup>. Można sobie wyobrazić, z czego wynika problem. We wszystkich mediach głównego nurtu lansowany jest ideał wyglądu: wysoka, szczupła, atrakcyjna kobieta. To ukazują reklamy, takie postaci pojawiają się w filmach i serialach. Osoby przyglądające się temu dochodzą do wniosku, iż w ten sposób przedstawia się rzeczywistość, a one do niej nie przystają. Próbuje osiągać doskonałość, ponieważ nie chcą czuć się brzydkie, grube, niewartościowe. W konfrontacji z ideałami nabywają kompleksów i nie potrafią sobie z nimi radzić.

Nazwa tego zaburzenia wywodzi się z greki i dosłownie oznacza brak apetytu. Dotknięci tym schorzeniem obsesyjnie kontrolują swoją wagę, dążą do tego, aby była ona jak najniższa – w tym celu stosują diety, wspomagają się środkami przeczyszczającymi oraz lewatywami<sup>3</sup>. Chorujący mają zaburzony obraz siebie, czują się gorsi. Narzucają sobie szaleńczą dyscyplinę, nie potrafią dostrzec tego, że już dawno osiągnęli sukces w dążeniu do szczupłej sylwetki i kontynuują mordercze odchudzanie.

Z uwagi na to, że anorektyczki są w stanie się maskować, ukrywać problem przez długi czas, dość trudno zdiagnozować tę chorobę we wczesnym stadium. Istnieją kryteria, dzięki którym można ją rozpoznać. John Feighner w 1976 roku wymieniał następujące cechy<sup>4</sup>:

- początek przed 25. rokiem życia,
- utrata łaknienia, której towarzyszy spadek masy ciała o co najmniej 25% w stosunku do wagi wyjściowej,
- zaburzone postawy względem przyjmowania pokarmów oraz postrzegania własnego ciała,
- brak choroby somatycznej tłumaczącej pojawienie się tych dolegliwości,
- brak innych zaburzeń psychicznych, np. schizofrenii, choroby afektywnej, zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych,

<sup>2</sup> WĄSOWSKA J. (red.), *Co to jest anoreksja?*, [http://www.psse.bytom.pl/sekcje/stanowiska/oz/oz\\_interwencje/trzymajforme/materialy/co\\_to\\_jest\\_anoreksja.pdf](http://www.psse.bytom.pl/sekcje/stanowiska/oz/oz_interwencje/trzymajforme/materialy/co_to_jest_anoreksja.pdf) [03.11.2016].

<sup>3</sup> *O co chodzi z blogami pro-ana i antypro-ana?*, [www.eanoreksja.pl/blogi-proana.html](http://www.eanoreksja.pl/blogi-proana.html) [03.11.2016].

<sup>4</sup> PILECKI M., *Diagnostyka zaburzeń odżywiania się*, [w] Józefik B. (red.), *Anoreksja i bulimia psychiczna. Rozumienie i leczenie zaburzeń odżywiania się*, Kraków, Wydawnictwo UJ, 1999, s. 41.

- zaistnienie co najmniej dwóch z następujących objawów:
  - o *amenorrhoea* (brak miesiączki),
  - o *lanugo* (rodzaj meszku pojawiającego się na skórze, jest on podobny do tego, który występuje u niemowląt),
  - o bradykardia (spowolnienie akcji serca, mniej niż 60 uderzeń na minutę),
  - o okresy nadaktywności,
  - o epizody obżarstwa, wymioty.

Z kolei w 1987 roku zostały przedstawione diagnostyczne kryteria omawianego w toku niniejszego wywodu zaburzenia, które zostały sformułowane w DSM III-R. Oto one<sup>5</sup>:

- odmowa utrzymywania wagi ciała powyżej granicy minimalnej dla wieku i wzrostu (ciężar sięgający poniżej 85% masy należnej),
- intensywny lęk przed przybraniem na wadze lub otyłością mimo utrzymującej się niedowagi,
- zaburzenie sposobu doświadczania własnej wagi, rozmiaru i kształtu ciała,
- nieobecność przynajmniej trzech cykli menstruacyjnych u kobiet.

Natomiast w 1994 roku w DSM-IV określono (poza podanymi wcześniej wytycznymi) dwa typy rozpatrywanego w pracy zaburzenia<sup>6</sup>:

- ograniczający: w trakcie choroby nie dochodzi do epizodów niekontrolowanego objadania się lub zachowań wydalających, np. wymiotów, zażywania środków przeczyszczających,
- żarłoczno-wydalający: podczas zjawiska dochodzi do niekontrolowanego objadania się, a także mają miejsce zachowania wydalające.

W oparciu o te zestawienia wyłania się przerażający obraz osoby dotkniętej schorzeniem: młodej dziewczyny nieświadomej tego, w jak strasznym pograża się stanie. Znęcającej się nad sobą, przekonanej, iż ciągle nie jest na tyle szczupła, na ile powinna być. Nieakceptującej siebie. Postrzegającej swoją sylwetkę jedynie przez pryzmat tego, iż nie przypomina wyglądem modelki z pierwszych stron gazet.

## Objawy i przebieg anoreksji

Choroba ma wiele objawów. Mogą one oczywiście świadczyć o innych schorzeniach, które wymagają medycznej pomocy, ale ich wspólne występowanie powinno zaniepokoić i doprowadzić do wniosku, iż daną osobę mogła dotknąć ano-

---

<sup>5</sup> Ibidem.

<sup>6</sup> Ibidem, s. 42.

reksja. Należy zwrócić szczególną uwagę na następujące czynniki<sup>7</sup>:

- brak apetytu i towarzyszący mu wstręt do jedzenia,
- bardzo szczupła sylwetka, sucha, cienka skóra oraz ramionach, zaostrome rysy twarzy,
- zaparcia,
- spadek masy ciała o ponad 15%,
- osłabienie i odwodnienie organizmu,
- zatrzymanie miesiączki (w przypadku kobiet),
- nasilająca się drażliwość chorego,
- chłodne i powierzchowne relacje z innymi ludźmi,
- nadmierne odchudzanie się,
- ćwiczenia fizyczne wykonywane znacznie ponad siły,
- zmuszanie się do wymiotów po posiłku,
- stosowanie środków przeczyszczających,
- zatrzymanie popędu płciowego,
- problemy z układem krążenia (zimne ręce, stopy),
- liczenie kalorii w każdym posiłku, studiowanie pod tym kątem książek kucharskich,
- problemy ze snem,
- okresowe napady żarłoczności.

Z powyższego zestawienia wynika, iż wiele czynników decyduje o tym, że można u kogoś stwierdzić tę dolegliwość. Wśród objawów pojawiają się różnorodne schorzenia: osłabienie organizmu, wygląd istoty skrajnie wyniszczonej z zaburzeniami osobowości polegającymi na zamykaniu się w swoim świecie, niedopuszczanie do tej rzeczywistości innych osób, a także, co można było wynioskować na podstawie podanych wcześniej informacji, narzucanie sobie drakańskiej dyscypliny, pragnienie osiągnięcia perfekcji na płaszczyźnie własnego wyglądu.

Marta Jablow w swej pracy pt. *Na bakier z jedzeniem. Anoreksja, bulimia, otyłość* nakreśla przebieg tego zjawiska, ukazuje fazy choroby. Są one następujące<sup>8</sup>:

- euforia – dobre samopoczucie, wzmożenie aktywności fizycznej i umysłowej,

---

<sup>7</sup> WILK P., *Anoreksja – śmiertelna choroba*, [www.pieknecialo.republika.pl/anoreksja.html](http://www.pieknecialo.republika.pl/anoreksja.html) [03.11.2016].

<sup>8</sup> JABLOW M., *Na bakier z jedzeniem. Anoreksja, bulimia, otyłość*, Gdańsk, wyd. GWP, 1993, s. 51–54.

- ograniczenie ilości spożywanego pokarmu i uprawianie intensywnych ćwiczeń fizycznych,
- wyższość moralna – poczucie intelektualnej oraz moralnej przewagi nad innymi ludźmi, zwłaszcza nad rówieśnikami, stosowanie się do obmyślonych przez siebie zasad żywieniowych, lęk przed przytyciem,
- lekceważenie objawów choroby – zaprzeczanie jej istnieniu, niedostrzeganie konieczności tego, że trzeba zmienić złe nawyki żywieniowe,
- abulia – osłabienie, trudności w podejmowaniu decyzji, a także w wykonywaniu codziennych obowiązków,
- depresja – niepokój, przygnębienie, przerażenie, poczucie utraty kontroli nad swoim sposobem odżywiania, walka z samym sobą.

Anoreksja może zaczynać się niewinnie. Dziewczyna (odsetek chłopców dotkniętych anoreksją jest niewielki, chociaż zdarzają się takie sytuacje) dąży do perfekcji, aby osiągnąć uznanie w oczach środowiska, a pragnienie posiadania nieskazitelnego ciała przeradza się w obsesję<sup>9</sup>. Może się to rozpocząć od krytycznej uwagi ze strony kogoś z bliskiego otoczenia, postu o charakterze religijnym, zauważenia u siebie lekkiej nadwagi<sup>10</sup>. Ten stan doprowadza nawet do tego, iż ktoś cierpiący na tę dolegliwość waży się kilka razy na dobę, a gdy nie widzi efektów, stara się jeszcze bardziej, aby wreszcie się one pojawiły<sup>11</sup>.

Na początku dziewczyna staje się szczuplejsza, lecz nie budzi to niepokoju bliskich, przekonanych o tym, iż zastosowała jedynie zwykłą dietę, ale później, wraz z pogarszaniem się jej kondycji, w jej otoczeniu zaczyna narastać lęk. Do jego pogłębienia prowadzi to, że chora unika jedzenia, ćwiczy bez opamiętania, wymiotuje, stara się spożywać posiłki w samotności, aby rodzina nie była świadoma rozmiaru problemu<sup>12</sup>. Jednym z najbardziej niepokojących zjawisk towarzyszących temu schorzeniu jest to, że całe życie danej osoby zaczyna się toczyć wokół żywienia. Dążenie do tego, aby spożywać jak najmniejszą ilość posiłków, prowadzi do ograniczenia wszystkich innych zajęć, obowiązków<sup>13</sup>.

Te z natury ambitne, pracowite osoby doprowadzają do tego, iż w ciągu kilku miesięcy ich waga drastycznie spada (w skrajnych przypadkach nawet o 60%!). Wraz z narastaniem objawów dziewczęta odsuwają się od swych bliskich oraz

---

<sup>9</sup> Anoreksja – przekleństwo czy sens życia?, [www.twoj-lekarz.com.pl/artykuly/choroby/anoreksja-przeklenstwo-czy-sens-zycia-](http://www.twoj-lekarz.com.pl/artykuly/choroby/anoreksja-przeklenstwo-czy-sens-zycia-) [03.11.2016].

<sup>10</sup> JÓZEFIK B., PILECKI M., *Obraz kliniczny zaburzeń odżywiania się*, [w] Józefik B. (red.), op. cit., s. 30–31.

<sup>11</sup> Ibidem.

<sup>12</sup> Ibidem, s. 31.

<sup>13</sup> KLONFAS E. (red.), *Anoreksja*, [www.gabinetgoja.pl/slownik/3,Anoreksja](http://www.gabinetgoja.pl/slownik/3,Anoreksja) [03.11.2016].

znajomych<sup>14</sup>. Wychudzone ofiary tego zjawiska popadają w coraz gorszy stan psychiczny, przestają się cieszyć życiem, a nawet odczuwać satysfakcję z osiągniętych rezultatów.

### **Postrzeżenie własnego ciała w anoreksji**

To, jak patrzy się na własne ciało, stanowi niezwykle ważną kwestię. Dla kogoś lubiącego i akceptującego siebie omawiana dolegliwość nie będzie zagrożeniem. Na wizerunek człowieka składa się wiedza o sobie (także o sylwetce), ideał własnej osoby (oczekiwania) oraz samoocena<sup>15</sup>. Jeśli ktoś ma kompleksy, jego wizja własnego „ja” jest zaburzona, to istnieje prawdopodobieństwo, iż mogą pojawić się u takiego kogoś zaburzenia odżywiania, u których podstaw będzie leżała chęć osiągnięcia nieskazitelnej figury.

Dziewczęta chorujące na anoreksję, co można wywnioskować z tego, co zostało napisane wcześniej, obsesyjnie boją się przytyć. Nie chcą być postrzegane jako osoby grube, a to pcha je do stosowania głodówek, intensywnych ćwiczeń fizycznych, zażywania preparatów, których działanie prowadzi do spadku masy ciała oraz obniżenia łaknienia<sup>16</sup>. Chociaż u osób dotkniętych schorzeniem z łatwością można dostrzec znaczną niedowagę, one wypierają się tego. Twierdzą, iż są grube, a ich niezadowolenie wzbudza zazwyczaj: uda, pośladki i brzuch. Cała sylwetka wydaje im się nienaturalna i nieproporcjonalna<sup>17</sup>. Wpływa to na samoocenę, pragną zmienić swój wygląd, aby czuć się atrakcyjne.

Anorektyczki udają, że czują się dobrze i nie mają potrzeby jeść więcej. Nieustannie wmawiają sobie, iż nadal nie wyglądają dostatecznie zgrabnie. Kwestionują fakty potwierdzające ich stan, okłamują bliskich, uruchamiają mechanizmy obronne, które polegają na prowokowaniu wymiotów, zażywaniu środków przeczyszczających itd. Nie potrafią przyznać, że zabrnęły zbyt daleko, straciły kontrolę nad doskonaleniem sylwetki i popadły w obsesję, która wyniszczyła ich organizm i doprowadziła do zaburzeń psychicznych. W końcu rodzina świadoma tego, iż sytuacja stała się bardzo poważna, zaczyna nakłaniać chorego do leczenia, ale ponieważ taka osoba wmawia sobie, że jest zdrowa, zaczyna się otwarta walka<sup>18</sup>. Konflikt wynika z tego, iż cierpiący nie rozumie wagi problemu, nie posiada

---

<sup>14</sup> JÓZEFIK B., PILECKI M., op. cit., s. 31.

<sup>15</sup> BĄK-SOSNOWSKA M., *Między ciałem a umysłem. Otyłość i odchudzanie się w ujęciu integracyjnym*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2009, s. 63.

<sup>16</sup> KOWALCZUK M., op. cit., s. 19.

<sup>17</sup> Ibidem, s. 20.

<sup>18</sup> DZIEWIECKI M., *Anoreksja – przyczyny i konsekwencje*, [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/anoreksja\\_pk.html](http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/anoreksja_pk.html) [03.11.2016].

zdolności rozeznania go. Pragnąca pięknie wyglądać nastolatka nie przyjmuje do wiadomości, że swoją postawą spowodowała przeciwny efekt i jej skrajnie wychudzone, wyniszczone ciało nie ma w sobie nic ze smukłej figury, którą pragnęła posiadać.

Tym, na co należałoby zwrócić szczególną uwagę, analizując powyższe zagadnienie, jest fakt, że choroba dotyka głównie adolescentki. W tym wieku ciało się zmienia, rozwija – nabiera kształtów, staje się bardziej kobiece, a to doprowadza do wzrostu poczucia niepewności względem własnej osoby. Wielu psychologów doszukuje się u źródeł tego zaburzenia lęku przed dorosłością<sup>19</sup>. Z tego wyłania się obraz anorektyczki, która obawia się stać kobietą. Pragnie zachować subtelność, nieomal chłopięcą sylwetkę. Fascynuje ją ciało idealne, pozbawione skazy. Po to, aby je posiadać, jest w stanie zrobić wszystko.

Powyższe informacje jednoznacznie wykazują, że chorujące nie potrafią ocenić swojej sytuacji w sposób zgodny z rzeczywistością. Bez względu na to, co widzą w lustrze, wydają się sobie brzydkie, grube, niewartościowe. W wyjściu z problemu nie pomagają im obecne w kulturze wzorce piękna, ponieważ jednoznacznie z nich wynika, iż istnieje tylko jeden typ figury, którą można uznać za atrakcyjną. Tworzy się mylne wrażenie, że wszyscy powinni tak wyglądać, a różnorodność w świecie nie istnieje. Nastolatka zostaje sama ze swoimi kompleksami i to sprzyja zachorowaniom na tę chorobę.

### **Czynniki ryzyka związane z anoreksją**

Czynniki ryzyka istnieją na różnych płaszczyznach i dopiero ich wspólne rozpatrywanie pozwala stwierdzić, czy mamy do czynienia z osobą cierpiącą na chorobę, która stanowi temat niniejszych rozważań. Pojawiają się one w sferze: psychologicznej, bowiem istnieje osobowość anorektyczna, a więc taka kombinacja cech, która sprawia, iż dana dziewczyna jest w większym stopniu podatna na rozpatrywane niebezpieczeństwo; biologicznej – tu o zachorowaniu mogą decydować pewne predyspozycje do tycia, lecz te zagadnienia były już tutaj w pewnym zakresie poruszane i w tej części refleksji zostanie dokonana ich synteza. Natomiast niezmiernie ważne z punktu widzenia niniejszych analiz są uwarunkowania społeczne i kulturowe – w jaki sposób rodzina może wpływać na to, iż u osoby obciążonej ryzykiem zachorowania pojawi się to schorzenie. Ponadto uwypuklone też zostaną ukazywane w mediach ideały piękna, ponieważ ten jednowymiarowy obraz świata budzi frustracje i sprawia, że nastolatki pragną osiągnąć dokładnie taki sam wygląd.

---

<sup>19</sup> *Anoreksja. Wstęp*, [www.anoreksja.mam-efke.pl](http://www.anoreksja.mam-efke.pl) [03.11.2016].

## Czynniki psychologiczne

Jak już wspomniano, istnieje zespół cech, które można określić wspólną nazwą osobowości anorektycznej. Wydaje się, iż należałoby ją określić precyzyjniej – jako sprzyjającą zachorowaniom, ponieważ nie zawsze musi dojść do wystąpienia tego problemu u adolescentki, która posiada ku temu pewne predyspozycje. Tak jak zwracano uwagę wcześniej, często zjawisko to dotyczy pań ambitnych, urodzonych perfekcjonistek. Pragną one mieć poczucie, że panują nad własnym życiem na wszystkich jego płaszczyznach. Są przekonane, iż nie mają prawa do słabości.

Istnieją określone typy zaburzeń osobowości powiązanych z opisywaną dolegliwością, chociaż należy mieć na uwadze, że te problemy psychiczne pojawiają się nie tylko u dotkniętych tym zaburzeniem. Są to<sup>20</sup>:

- zaburzenia obsesyjno-kompulsywne (osobowość anankastyczna) – chorobliwe przywiązanie do zasad i reguł, perfekcjonizm, brak elastyczności i otwartości, pragnienie kontrolowania całego życia, a także relacji z innymi ludźmi oraz uczucie strachu w sytuacjach, gdy jest to niemożliwe, górowanie sumienności i zasad nad przyjemnościami oraz związkami;
- osobowość unikająca – stronienie od kontaktów, trudności w nawiązywaniu relacji z ludźmi, dążenie do uzyskania akceptacji otoczenia, niska samoocena, izolowanie się ze strachu przed odrzuceniem, upokorzeniem i wstydem, nieumiejętność radzenia sobie z nowymi doświadczeniami;
- osobowość zależna – potrzeba bycia pod nieustanną opieką, uległość, strach przed opuszczeniem, zrzucanie odpowiedzialności za własne życie na decyzje innych, bierność będąca wyrazem lęku przed podjęciem niewłaściwej decyzji, podtrzymywanie relacji i związków za wszelką cenę ze względu na przedkładanie potrzeb innych ponad własne, częste przyzwalanie na znęcanie się psychiczne i fizyczne nad sobą.

Z tych spostrzeżeń wynika jeden, zasadniczy wniosek. Jeśli zdarzy się połączenie anoreksji z opisanymi powyżej trudnościami, to leczenie będzie bardziej skomplikowane. Samo namówienie do niego osoby dotkniętej takimi dolegliwościami, to niebywale trudne zadanie, a w takiej sytuacji naprawdę sporo czasu potrzeba na to, aby terapia zakończyła się sukcesem.

## Czynniki biologiczne

Nauka rozwija się w szybkim tempie. Dzięki niej wiemy coraz więcej o funkcjonowaniu ludzkiego organizmu, a przede wszystkim o tym, w jaki sposób dzia-

<sup>20</sup> Anorektyczna osobowość, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=osobowosc> [03.11.2016].



łają geny. Kryją one przed nami coraz mniej tajemnic i z tego powodu możemy stwierdzić, że choroba, o której mowa, jest determinowana nie tylko przez psychikę, lecz także przez to, co drogą biologiczną dziedziczymy po swych przodkach. Nie jest pewne, czy istnieje jednostka genetyczna odpowiedzialna za ten problem, ale wiadomo już, iż swe źródło w DNA mają<sup>21</sup>:

- *Body Mass Index* (ang. wskaźnik masy ciała, w skrócie BMI),
- wiek pierwszej menstruacji,
- obsesje związane z jedzeniem,
- skłonność do perfekcjonizmu,
- podatność na stany lękowe.

Współczesna nauka dostrzega również, że w przypadku rozpatrywanego zagadnienia pod uwagę należałoby wziąć również czynniki biochemiczne. Oczywiście trudno jednoznacznie wypowiedzieć się na temat tego, czy zaburzenia w obszarze gospodarowania przez organizm substancjami odpowiedzialnymi za prawidłowe funkcjonowanie hormonów to przyczyna czy może skutek rozpatrywanego w toku niniejszego wywodu zjawiska, ale trzeba wziąć pod uwagę następujące czynniki<sup>22</sup>:

- dysfunkcje ośrodków mózgowych regulujących procesy metaboliczne,
- brak równowagi neuroprzekaźników, ze szczególnym uwzględnieniem serotoniny, która odpowiada za nastrój, sen, potrzeby seksualne i apetyt człowieka,
- podwyższony poziom kortyzolu, hormonu, który odpowiada za stabilną ilość glukozy w organizmie,
- zaburzenia funkcjonowania dopaminy, czyli mechanizmu nagrody,
- zmiany w mózgu, do których doszło w okresie płodowym – w tej sytuacji należy wziąć pod uwagę, jakie choroby przeszła matka anorektyczki podczas ciąży, a w szczególności: anemię, cukrzycę ciążową, nadciśnienie tętnicze, przedwczesne starzenie się łożyska.

Te informacje pozwalają dostrzec, że anoreksja stanowi niezwykle złożony problem i rozpatrując to zjawisko, nie należy ulegać pokusie zbyt prostego ujmowania tematu, bowiem poza czynnikami psychicznymi, które niewątpliwie wysuwają się na pierwszy plan, gdy zaczynamy myśleć o tym zjawisku, pojawiają się także inne, nie mniej znaczące.

---

<sup>21</sup> *Biologiczne przyczyny anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=biologia> [03.11.2016].

<sup>22</sup> Ibidem.

## Czynniki socjologiczne i kulturowe z uwzględnieniem środowiska rodzinnego

Anoreksja nie pojawia się z dnia na dzień. Na to, że dotknie ona daną osobę, mają wpływ różne czynniki, przede wszystkim należy ich szukać w uwarunkowaniach psychospołecznych. Poprzez odżywianie człowiek zaspokaja wiele swoich potrzeb, np. dziecko karmione przez matkę otrzymuje też miłość, troskę, czułość, co przyczynia się do tworzenia więzi i dlatego nie zaskakuje, iż toksyczne, zaburzone relacje mogą prowadzić do problemów z odżywianiem<sup>23</sup>. W domu, w którym ludzie otaczają się zrozumieniem, szacunkiem, otwarcie dyskutują o problemach, jest mało prawdopodobne, aby doszło do zachorowania na jadłowstręt psychiczny. Jeżeli on się pojawia, to oznacza, że jakaś ważna sfera relacji pomiędzy rodzicami a dziećmi została zaniedbana.

Często w rodzinach anorektyczek sytuacja wygląda tak, iż rodzice w ogromnym stopniu kontrolują swoje dzieci. Z tego powodu dziewczyna znajduje sferę, w której może czuć się samodzielna, nie musi słuchać niczyich pouczeń. Jest nią zakres odżywiania. Ponadto, jak ustalili naukowcy, w domach, w których dochodzi do zachorowań, często żywienie stanowi istotną część życia, swoisty rytuał. Bywa, że osoba cierpiąca na anoreksję przygotowuje dla swoich bliskich wykwintne posiłki, ale sama ich nie spożywa<sup>24</sup>. Trzeba w tym momencie dostrzec, iż chociaż rodzicielska opieka i troska jest czymś bardzo ważnym, ogromną zaletą, to jeżeli matka i ojciec wykazują się nadopiekuńczością oraz nadmierną surowością polegającą na chęci wpływania na poczynania swojego potomstwa na każdej płaszczyźnie egzystencji, to często przynosi to szkody. Młody człowiek musi się przeciwieź uczyć niezależności, ponieważ jako osoba dorosła sam będzie musiał podejmować decyzje, odczuwać ich skutki.

Oczywiście droga do tego, aby w danej rodzinie córka zachorowała na jadłowstręt psychiczny, jest długa. Problemy w relacjach rodzice – dzieci są konsekwencją funkcjonowania zachodniego modelu kulturowego, ale także niewłaściwych relacji pomiędzy najbliższymi sobie osobami. Według Mary Selvini-Palazzoli istnieje sześć etapów „gry rodziców” o anoreksję<sup>25</sup>:

- Wzajemne prowokacje i dyskwalifikacje, odmienne definiowanie przez małżonków tego, co się między nimi dzieje, np. w kwestii pełnienia ról partnerskich, lecz także rodzicielskich. Wciąganie najbliższych osób do tych problemów.

<sup>23</sup> GŁOWIAK K., *Anoreksja jako problem psychologiczno-rodzinny i społeczno-kulturowy XXI wieku*, <http://www.edukacja.edux.pl/p-16795-anoreksja-jako-problem-psychologicznorodzinny.php> [03.11.2016].

<sup>24</sup> Ibidem.

<sup>25</sup> TALAGA M., *Anoreksja – Kulturowe i rodzinne podłoże choroby*, <http://psychotekst.com/artykuly.php?nr=70> [03.11.2016].

- Przyszła anorektyczka staje się obiektem gry w bardzo młodym wieku. Dochodzi do tego na dwa sposoby:
  - o córka jest powiernicą matki w jej konflikcie z ojcem; czuje wobec niej litość, ale nie obdarza jej szczególnym szacunkiem; widzi, że jest jedyną osobą w rodzinie, która udziela jej wsparcia i dlatego czuje, iż należą się jej specjalne, moralne przywileje;
  - o córka to powiernica ojca w walce z matką; on ją z tego powodu bardzo ceni.

Na tym etapie przyszła pacjentka nie występuje otwarcie przeciwko żadnemu z rodziców.

- Okres dorastania to także moment zmian w życiu rodziny. Przyszła pacjentka zaczyna inaczej patrzeć na swego ojca:
  - o była ukochaną córką matki, ale zauważa, iż nie jest jej prawdziwą miłością, bo ta zainteresowała się np. młodszym rodzeństwem dziewczyny; zwraca się do ojca i zaczyna zauważać, iż matka niejednokrotnie go prowokuje; ojciec z ochotą przyjmuje to wsparcie, pokazuje jej na każdym kroku, że cierpi dla dobra rodziny w tej frustrującej relacji;
  - o ojciec i córka wchodzi w bardzo bliską relację, co staje się krępujące dla obojga.

Każdy z tych przypadków ma wspólną cechę, obie osoby czują się ofiarami toksycznej, niezdolnej matki.

- Stadium dyskomfortu we wzajemnych relacjach. W tym momencie rozpoczyna się proces odchudzania:
  - o córka usiłuje wejść w bliski kontakt z ojcem, a matki nienawidzi za to, że może się stać do niej podobna; podejmuje wysiłek odrzucenia matki, chce zyskać autonomię i z tego powodu zaczyna obsesyjnie dążyć do uzyskania szczupłej sylwetki;
  - o dieta odchudzająca to od samego początku wyzwanie rzucone matce; wzbudza protest tej ostatniej; dochodzi do większego zintensyfikowania rodzinnych gier: matka coraz bardziej kontroluje, ojciec pragnie interweniować, dziewczyna odczuwa coraz większą złość i z tego powodu jeszcze bardziej ogranicza przyjmowanie posiłków;
  - o córka czuje się oszukana i zdradzona przez ojca, więc znów ogranicza jedzenie; odczuwa to jako jedyną szansę na to, aby matka spokorniała, a ojciec odczuł podziw dla skuteczności działań swego dziecka;
  - o w grze rodzinnej każdy objaw zaczyna być istotny. Anorektyczka poczuła, że dzięki swemu zachowaniu ma władzę. Tak naprawdę żadna ze stron nie jest zainteresowana tym, żeby dziewczyna zmieniła swoje zachowanie.

Cały schemat jasno pokazuje, że relacje między córką a jej matką i ojcem stanowią patologiczną zależność. Nastolatka, zamiast otrzymywać wsparcie, sama musi je dawać dorosłym ludziom, którzy lekceważą jej problemy zaabsorbowani konfliktem między sobą. Ich kontrola nad dziewczyną ma charakter pozorny, dotyczy codziennych czynności, nie wnika głębiej. Nie ma tu zainteresowania tym, jak ona się czuje, jakie są jej problemy. Brakuje szczerych rozmów, które wykraczałyby poza tematykę kryzysów w małżeństwie występujących u rodziców anorektyczki.

Oczywiście środowisko, które zostało scharakteryzowane powyżej, ma olbrzymi wpływ na to, czy dana osoba zostanie dotknięta rozpatrywaną w toku niniejszego wywodu dysfunkcją, ale należy też zwrócić uwagę na inny istotny czynnik, tj. kulturę. W każdej epoce funkcjonował pewien kanon piękna, a od kilkuset lat należy zauważyć jedną cechę wspólną, tzn. fakt, że wymagało się od dziewczyny posiadania pięknej, szczupłej sylwetki<sup>26</sup>. Jeżeli jej nie miała, czuła się niewartościowa, nie musiała wcale być osobą otyłą, aby mieć zaburzenia postrzegania własnego ciała. Patrzyła na nie jedynie przez pryzmat tego, iż nie jest idealne, posiada braki, nie wpisuje się w wizję ideału kobiecości. Ponadto występowanie choroby wynika w dużej mierze z tego, co w całej otaczającej nas rzeczywistości budzi strach, tj. z obsesyjnej obawy przed tłuszczem, charakterystycznej dla Zachodu<sup>27</sup>. Nietrudno dostrzec tendencję do spożywania zdrowej żywności, co oczywiście jest działaniem pozytywnym. Jednak trzeba też zauważyć, że zbyt restrykcyjne podejście do tych kwestii prowadzi do nieszczęść młodych ludzi, którzy nie posiadają jeszcze dystansu do rzeczywistości, właściwego osobom dojrzałym i zazwyczaj nie potrafią kierować się zasadą „złotego środka”.

Ludzie są niezadowoleni z własnego wyglądu, ponieważ odczuwają, że ciągle daleko im do kulturowych wzorców. W obecnych czasach nie toleruje się słabości, lecz zwraca uwagę tylko na tych, którzy osiągają sukcesy. Badacze zwracają uwagę, że niejednokrotnie nawet terapeuci zazdroszczą swym pacjentom choroby, a ponadto pośród tych, którzy leczą anorektyków, znajduje się wiele osób, które same kiedyś miały problem z omawianym tu zaburzeniem<sup>28</sup>. To pokazuje, że skala problemu jest znacząca, a obsesyjne pragnienie szczupłej sylwetki prowadzi do radykalnych, zwykle skrajnie nieodpowiedzialnych postaw.

---

<sup>26</sup> GŁOWIAK K., op. cit.

<sup>27</sup> STRZEGOMSKA M., *Anoreksja. Trudne pytania*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2006, s. 38.

<sup>28</sup> Ibidem, s. 37.

## **Wpływ mediów na zachowania proanorektyczne**

Prasa, telewizja, Internet mają ogromny wpływ na kształtowanie gustów i opinii młodych ludzi. Wpływają one także na ich wyobrażenia o świecie, ponieważ są powszechnie dostępne, a nastolatki spędzają wiele wolnego czasu, zapoznając się z przedstawianymi w nich informacjami. W każdej reklamie, filmie, serialu, na zdjęciach, okładkach czasopism widnieją atrakcyjne, szczupłe kobiety, aktorki, modelki – są one dzisiaj wzorcami piękna<sup>29</sup>. Jak już wspomniano w toku wywodu, młode osoby nie zdają sobie sprawy z tego, że to, co widzą, nie jest rzeczywistością, ale manipulacją. Nie mają świadomości, iż wykreowane przez media gwiazdy często wcale nie są tak atrakcyjne, a swój wspaniały wygląd zawdzięczają wielogodzinnym zabiegom fryzjerów, stylistów, makijażystów, a także technice, która pozwala na udoskonalenie już istniejących fotografii. I że nieomal każdego człowieka, jeśli poświęciłoby mu się tyle czasu i zaangażowania, można by było ukazać w tak korzystnym świetle. Ponadto nie zwracają uwagi na to, że nawet jeżeli faktycznie część z tych osób odznacza się tak dużą atrakcyjnością, to nie oznacza, iż ludzie mniej urodziwi są w jakikolwiek sposób gorsi od nich. Nastolatki ulegają złudzeniom, zaczynają wierzyć, iż liczy się jedynie uroda.

Media przyczyniły się do wzmocnienia u dziewcząt przekonania, iż w życiu nic nie ma tak ogromnego znaczenia jak powierzchowność. Jeśli ktoś posiada smukłe ciało, postrzega się go jako osobę atrakcyjną, ważną, szczęśliwą, taką, której udało się osiągnąć sukces na wszystkich możliwych płaszczyznach<sup>30</sup>. Nie ulega wątpliwości, że kultura popularna oddziałuje na kobiety poprzez gloryfikowanie szczupłości<sup>31</sup>, a one łatwo ulegają tym wpływom, dają się przekonać, że potrzebują odpowiednich preparatów, środków odchudzających, są gotowe na poświęcenia i wydatki, byleby osiągnąć swój cel: stać się równie atrakcyjne jak damy, które są obiektami ich podziwu. Nierzadko takie pragnienia przeradzają się w obsesję, co prowadzi do tragedii.

### **„Motyle w sieci” Krótka charakterystyka ruchu pro-ana**

Ruch pro-ana posiada własną filozofię, której podstawowym założeniem jest przekonanie, iż anoreksja to nie choroba, ale sposób na życie, wymagający dużej samodyscypliny, ponieważ kontroluje się nie tylko sylwetkę, lecz także wszystkie

---

<sup>29</sup> GŁOWIAK K., op. cit.

<sup>30</sup> ZIÓLKOWSKA B., *Anoreksja od A do Z. Poradnik dla nauczycieli i wychowawców*, Warszawa, Wydawnictwo Scholar, 2005, s. 11.

<sup>31</sup> STRZEGOMSKA M., op. cit., s. 37.

inne formy swojej aktywności, a zatem dotknięcie tym zaburzeniem nie powinno budzić współczucia, ale podziw<sup>32</sup>. Obecny stan badań wskazuje, że istnieją trzy typy społeczności działających w ramach tej koncepcji<sup>33</sup>:

- fanatyczna; anoreksja to nie choroba, lecz styl życia; jest personifikowana; ma to na celu popularyzację zaburzenia; to społeczność otwarta;
- umiarkowana; celem jest działanie na rzecz akceptacji zaburzeń odżywiania i udowodnienie, że można z nimi normalnie żyć; udzielanie porad jak schudnąć, ale też gdzie się leczyć; to zamknięte społeczności;
- społeczności, które wyodrębniły się z pro-ana, propagują informacje na temat zaburzeń odżywiania i metod ich terapii.

Jak widzimy, mamy tu do czynienia ze zróżnicowanymi grupami. Wszystkie łączy pragnienie osiągnięcia zgrabnej sylwetki. Bez trudności można znaleźć w Internecie strony poświęcone tego typu działalności, są one całkowicie legalne. Nastolatki udzielają tam porad, utożsamiają chorobliwe odchudzanie z dążeniem do perfekcji. Nazywają siebie „motylkami”, aby podkreślić metamorfozę, której podległy: przeobraziły się z gąsienicy w takie piękne, zwiewne stworzenie. Stworzyły listę zasad, które obowiązują w ich grupie, utożsamiają je z dekalogiem, ich przestrzeganie to dla dziewcząt świętość<sup>34</sup>:

- „Jeśli nie jesteś szczupłą, to znaczy, że nie jesteś atrakcyjna.
- Bycie szczupłą jest ważniejsze od bycia zdrową.
- Będziesz się głodziła i robiła wszystko, co w twojej mocy, aby wyglądać coraz szczuplej.
- Nie będziesz jadła bez poczucia winy.
- Nie będziesz jadła niczego bez ukarania siebie za to.
- Będziesz liczyła każdą kalorię i ograniczała ich ilość.
- Najważniejsze jest to, co mówi waga.
- To proste: chudnięcie jest dobre, a przybieranie na wadze – złe.
- Nigdy nie jesteś «zbyt» szczupłą.
- Bycie szczupłą i niejedzenie są dowodami prawdziwej siły woli.
- Waga jest wskaźnikiem moich codziennych sukcesów i porażek.
- Wierzę w perfekcję i chcę ją osiągnąć.
- Droga do szczęścia jest stawianiem się kimś lepszym niż wczoraj”.

<sup>32</sup> STARGATEK I., *Motyle w sieci. Krótka charakterystyka ruchu pro-ana*, 2011, [www.wydawnictwo.umlub.pl/psychiatri/en/arttykul/.../id/3236](http://www.wydawnictwo.umlub.pl/psychiatri/en/arttykul/.../id/3236) [03.11.2016].

<sup>33</sup> Ibidem.

<sup>34</sup> Ibidem.

Na portalach poruszających to zagadnienie poza „przykazaniami”, którymi należy kierować się w życiu, znajdują się też inne, charakterystyczne elementy, nawołujące do tego, aby za wszelką cenę dążyć do jak najniższej wagi i udowadniające, iż osiągnięcie tego celu jest możliwe<sup>35</sup>:

- powody, dla których warto należeć do pro-ana,
- linki do stron z informacjami dotyczącymi kaloryczności pożywienia,
- linki do stron na temat diet oraz ćwiczeń fizycznych,
- tzw. *thinspiration*, zdjęcia chudych aktorek i modelek, wiersze, filmiki z *YouTube* i piosenki, które mają motywować do odchudzania,
- zdjęcia motylków chwających się swoimi osiągnięciami.

Normy, które wyznaczają sobie chore, budzą przerażenie. Osoba, która utożsamia się z takim ruchem, tym bardziej nie będzie chciała się leczyć, ponieważ w nim znajduje oparcie i przekonanie, że jej postawa jest czymś zwyczajnym, a jedyny problem to nierozumiejące niczego otoczenie. Tym bardziej ważne jest, aby jak najszybciej ustalić, czy cierpiąca na to zaburzenie sympatyzuje z takimi organizacjami: znak rozpoznawczy „motylków” to czerwone bransoletki, ponadto niepokój powinny budzić również typowe syndromy anoreksji: zaniedbywanie tego, co dawniej budziło zainteresowania, niechęć do spożywania posiłków w towarzystwie, ciągle ważenie się itd.<sup>36</sup>

Bez wątpienia pro-ana to niebezpieczna organizacja i dziwi fakt, że przepisy prawa nie pozwalają na to, aby z nią walczyć. Przyczynia się ona do tego, iż wiele młodych osób wpada w sidła anoreksji i w jeszcze większym stopniu niż pozostałe dziewczyny dotknięte tym zaburzeniem nie dostrzega, że ma problem. Należący do tej organizacji uważają, że odnaleźli drogę życia i pragną się jedynie realizować.

## Konsekwencje anoreksji

Anoreksja ma poważne konsekwencje i duży wpływ na późniejsze życie dotkniętych nią osób. Tym, co wysuwa się na plan pierwszy, gdy podejmuje się refleksję nad tym zagadnieniem, jest to, iż doprowadza ona ciało do destrukcji. Nie udaje się odwrócić wszystkich jej skutków, nawet jeśli terapia zakończy się sukcesem. Trzeba wyróżnić następujące niedogodności, do których ona prowadzi<sup>37</sup>:

---

<sup>35</sup> SAKOWSKA M., ŻYJEWSKA J., *Pro Ana*, 2012, <http://www.stopmanipulacji.info/definicja/pro-ana/> [03.11.2016].

<sup>36</sup> *Jak rozpoznać motylka w realu?*, 2009, <http://antiproana.blox.pl/2009/06/Jak-rozpoznać-motylka-w-real.html> [03.11.2016].

<sup>37</sup> *Konsekwencje anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=skutki> [03.11.2016].

- wyniszczenie organizmu – efekt głodówki; organizm przyzwyczał się do tego, że otrzymuje mniej składników odżywczych; z tego powodu następuje utrata tkanki tłuszczowej, obniżenie poziomu hormonów tarczycy, hipotermia, zmniejszenie częstości oddechu;
- zaburzenie układu krążenia i serca – ten problem to najczęściej bezpośrednia przyczyna śmierci osób cierpiących na anoreksję; dzieje się tak ze względu na to, iż w przebiegu choroby występuje zaburzenie w gospodarce minerałami kluczowymi dla pracy układu krwionośnego, a w konsekwencji dochodzi do zmniejszenia mięśnia sercowego, zaburzeń rytmu, obniżenia ciśnienia krwi, wzrostu poziomu cholesterolu, a także zmniejszonego przepływu krwi;
- zaburzenie układu pokarmowego – osłabienie zębów i dziąseł, problemy z wypróżnianiem, bóle brzucha, wzdęcia, zaparcia;
- zaburzenie układu rozrodczego – obniżenie poziomu hormonów związanych z rozrodczością, a w związku z tym zatrzymanie menstruacji; w skrajnych przypadkach konsekwencją może być trwała bezpłodność;
- zmiany dermatologiczne – kruche, łamliwe, wypadające włosy, zmniejszenie elastyczności skóry, ciało pokryte meszkiem typowym dla okresu życia płodowego;
- zmiany w układzie kostnym – przede wszystkim osteopatia, ale również osteoporoza; te problemy nie znikają wraz z wyleczeniem i dziewczęta, które kiedyś chorowały na anoreksję, w dorosłym życiu odznaczają się niższym wzrostem;
- problemy neurologiczne – w zaawansowanych przypadkach dochodzi do uszkodzenia nerwów i tkanki mózgowej, a to z kolei droga do napadów padaczkowych, zaburzeń myślenia; część tych zmian ustępuje po powrocie do zdrowia, ale z niektórymi z nich pacjentki będą musiały się już trwale mierzyć;
- zaburzenia psychiki – od euforii do rozdrażnienia i apatii; u dotkniętych zaburzeniem pojawiają się myśli samobójcze i realizowanie ich; szacuje się, że 50% zgonów w wyniku anoreksji ma miejsce wskutek samobójstwa.

Z powyższych informacji można wywnioskować, że osiągnięcie skrajnie szczupłej sylwetki to nie jedyny efekt choroby. Ona niszczy ciało i umysł. Nie wszystkie spowodowane przez nią zmiany można wyleczyć. Część dolegliwości będzie towarzyszyć osobie, u której terapia zakończyła się powodzeniem i zawsze przypominać jej o tym, iż kiedyś musiała się mierzyć z omawianym problemem.



## Leczenie anoreksji

W przypadku tego zaburzenia od momentu wykrycia go aż do chwili, gdy nastąpi rozpoczęcie terapii, powinno upłynąć jak najmniej czasu. Każdy dzień zwłoki to kolejne spustoszenia w organizmie i pogłębianie się u nastolatki problemów psychicznych. Dziewczyna wypiera jednak to, że jest chora, a z tego powodu trudno przekonać ją, by skorzystała z pomocy medycznej. Z tego powodu podzielono niniejszy podrozdział na dwie części, w pierwszej z nich skupiając się na profilaktyce, aby wyszczególnić rozwiązania, które umożliwiają zapobieganie chorobie.

## Profilaktyka w anoreksji

Istnieją trzy rodzaje działań profilaktycznych. Są adresowane do różnych grup ryzyka<sup>38</sup>:

- pierwszorzędowe – do osób zdrowych, a zatem grupy niskiego ryzyka; mają na celu promocję zdrowego stylu życia, rozwijanie umiejętności życiowych jednostki pozwalających jej na radzenie sobie w sytuacjach trudnych bez uciekania się do zachowań patologicznych;
- drugorzędowe – do osób z grupy podwyższonego ryzyka, w której prawdopodobieństwo pojawienia się choroby jest wysokie; tam główne zadanie stanowi zahamowanie zaburzeń;
- trzeciorzędowe – do osób z grupy podwyższonego ryzyka, u których już wystąpiły objawy chorobowe; podstawowym celem jest zatrzymanie postępów patologii, doprowadzenie do tego, aby osoba dotknięta problemem wróciła na właściwą drogę i prowadziła normalne życie w społeczeństwie.

Anoreksja w zdecydowanej większości dotyczy dziewczęta, które wchodzi w okres dojrzewania. Z tego powodu niezmiernie istotne jest to, aby problem był dostrzeżony w szkole. Tam powinno się prowadzić szerokie działania przeciwdziałające występowaniu tego zjawiska u uczennic. Nauczyciele mogą prowadzić pogadanki, warsztaty, gry, integrować ze sobą młodzież, lecz przede wszystkim mają dostrzegać, że robią coś ważnego. Do celów szkolnych przedsięwzięć zapobiegających zaburzeniom odżywiania zalicza się przeciwie<sup>39</sup>:

- rozwijanie umiejętności nabierania dystansu w stosunku do promowanego w mediach wzorca sylwetki,
- podnoszenie samooceny młodzieży, postrzegania przez nią własnych ciał,
- ukazywanie niebezpieczeństw związanych z kontrolowaniem masy ciała,

---

<sup>38</sup> KOWALCZUK M., op. cit., s. 81–82.

<sup>39</sup> Ibidem, s. 84–85.

- propagowanie zdrowego stylu życia,
- dostarczanie wiedzy na temat objawów choroby i pomocy w sytuacji, gdy ktoś na nią zapada, w tym podanie informacji na temat szpitali i ośrodków pomagających anorektyczkom.

Jeżeli młodzi ludzie zostaną wyposażeni w tę wiedzę, otrzymają wsparcie w środowisku szkolnym, nawiążą odpowiednie relacje z rówieśnikami, to jest spora szansa na to, że nie zostaną dotknięci chorobą.

### **Rokowania i formy terapii**

Marta J. Jablow zwraca uwagę na to, że leczenie powinno zostać podjęte jak najwcześniej, ponieważ to zwiększa szansę na jego skuteczność. Badaczka ta podkreśla jednak także, co już zostało zaznaczone w toku niniejszego wywodu, iż anoreksja przyczynia się do powstania stałych uszczerbków na zdrowiu<sup>40</sup>. Proces powracania do zdrowia jest długi i trudny, ponieważ dziewczyna nie zdaje sobie sprawy z tego, do jakiego stanu się doprowadziła. Nie dostrzega wychudzenia i wyniszczenia własnego ciała, wmawiając sobie, że ciągle waży zbyt wiele. Główne cele rekonwalescencji to<sup>41</sup>:

- przywrócenie normalnej masy ciała, leczenie innych dolegliwości wywołanych przez chorobę,
- leczenie problemów psychicznych powiązanych z anoreksją,
- wyeliminowanie zachowań i myśli, które towarzyszyły zaburzeniu odżywiania.

Leczenie powinno odbywać się pod okiem specjalistów. To poważny problem i bliscy nie powinni dać się zwieść, że nastolatka poradzi sobie z nim sama. Udział powinni w nim brać: psychoterapeuci, psychiatrzy, lekarze, dietetycy. Ich poziom zaangażowania powinien być zależny od tego, jak długo trwała choroba i jakie spustoszenia wywołała<sup>42</sup>. Nie ma wątpliwości, iż podstawowym zadaniem jest poradzenie sobie ze spustoszeniami psychicznymi. Tylko uporanie się z trudnościami na tej płaszczyźnie daje nadzieję, że pacjentka powróci do zdrowia i zaprzestanie patologicznych zachowań. To wymaga zrozumienia przez dziewczynę, iż zabrnęła za daleko, nie poradzi sobie sama, potrzeba jej wsparcia. Nierzadko przydatna byłaby także terapia rodzinna, ponieważ, jak można wywnioskować z podanych przeze mnie informacji, w domach dziewcząt dotkniętych tym zjawiskiem występują poważne nieprawidłowości. W Polsce ciągle ta forma pomocy

---

<sup>40</sup> JABLOW M., op. cit., s. 55.

<sup>41</sup> *Leczenie anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=leczenie> [03.11.2016].

<sup>42</sup> *Leczenie anoreksji-jak walczyć z chorobą?*, <http://eanoreksja.pl/anoreksja-leczenie.html> [03.11.2016].

nie jest jeszcze odpowiednio rozpowszechniona, na co wpływ ma także brak środków finansowych, aby w ten sposób wspierać chorych<sup>43</sup>. Nie mamy wątpliwości, iż wsparcie najbliższych to podstawa, by z optymizmem patrzeć na przebieg terapii.

### Podsumowanie

Anoreksja to poważny problem, który dotyczy wielu młodych dziewcząt. W każdej z przebadanych klas gimnazjalnych znajduje się kilka uczennic, które są zagrożone, a nawet – zważywszy na wskaźnik BMI – już mogą zmagać się z tą chorobą. Wobec tego oczywistym jest, iż należałoby podjąć działania profilaktyczne. Należy zauważyć, że szkoła, instytucja, w której powinno się przekazywać wiedzę, a także kształtować postawy młodych ludzi, czyni to w sposób nieudolny.

### BIBLIOGRAFIA

- BAK-SOSNOWSKA M., *Miedzy ciałem a umysłem. Otyłość i odchudzanie się w ujęciu integracyjnym*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2009.
- JABLOW M., *Na bakier z jedzeniem. Anoreksja, bulimia, otyłość*, Gdańsk, wyd. GWP, 1993.
- JÓZEFIK B. (red.), *Anoreksja i bulimia psychiczna. Rozumienie i leczenie zaburzeń odżywiania się*, Kraków, Wydawnictwo UJ, 1999.
- KOWALCZUK M., *Pedagogiczna diagnoza i profilaktyka zaburzeń odżywiania się u młodzieży szkolnej*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2008.
- STRZEGOMSKA M., *Anoreksja. Trudne pytania*, Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls, 2006.
- ZIÓŁKOWSKA B., *Anoreksja od A do Z. Poradnik dla nauczycieli i wychowawców*, Warszawa, Wydawnictwo Scholar, 2005.

### NETOGRAFIA

- Anoreksja. Wstęp*, [www.anoreksja.mam-efke.pl](http://www.anoreksja.mam-efke.pl) [03.11.2016].
- Anoreksja – przekleństwo czy sens życia?*, [www.twoj-lekarz.com.pl/artykuly/choroby/anoreksja-przeklenstwo-czy-sens-zycia-](http://www.twoj-lekarz.com.pl/artykuly/choroby/anoreksja-przeklenstwo-czy-sens-zycia-) [03.11.2016].
- Anorektyczna osobowość*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=osobowosc> [03.11.2016].
- Biologiczne przyczyny anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=biologia> [03.11.2016].
- DZIEWIECKI M., *Anoreksja – przyczyny i konsekwencje*, [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/anoreksja\\_pk.html](http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/IP/anoreksja_pk.html) [03.11.2016].
- GŁOWIAK K., *Anoreksja jako problem psychologiczno-rodzinny i społeczno-kulturowy XXI wieku*, <http://www.edukacja.edux.pl/p-16795-anoreksja-jako-problem-psychologicznorodzinny.php> [03.11.2016].

---

<sup>43</sup> Ibidem.

- Jak rozpoznać motylka w realu?*, 2009, <http://antyproana.blox.pl/2009/06/Jak-rozpoznać-motylka-w-real.html> [03.11.2016].
- KLONFAS E. (red.), *Anoreksja*, [www.gabinetgoja.pl/słownik/3,Anoreksja](http://www.gabinetgoja.pl/słownik/3,Anoreksja) [03.11.2016].
- Konsekwencje anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=skutki> [03.11.2016].
- Leczenie anoreksji*, <http://anoreksja.mam-efke.pl/index.php?go=leczenie> [03.11.2016].
- Leczenie anoreksji – jak walczyć z chorobą?*, <http://eanoreksja.pl/anoreksja-leczenie.html> [03.11.2016].
- O co chodzi z blogami pro – Ana i antypro – Ana?*, [www.eanoreksja.pl/blogi-proana.html](http://www.eanoreksja.pl/blogi-proana.html) [03.11.2016].
- SAKOWSKA M., ŻYJEWSKA J., *Pro Ana*, 2012, <http://www.stopmanipulacji.info/definicja/pro-ana/> [03.11.2016].
- STARTEK I., *Motyle w sieci. Krótka charakterystyka ruchu pro-ana*, 2011, [www.wydawnictwo.umlub.pl/psychiatry/en/artykul/.../id/3236](http://www.wydawnictwo.umlub.pl/psychiatry/en/artykul/.../id/3236) [03.11.2016].
- TALAGA M., *Anoreksja – Kulturowe i rodzinne podłoże choroby*, <http://psychotekst.com/artykuly.php?nr=70> [03.11.2016].
- WĄSOWSKA J. (red.), *Co to jest anoreksja?*, [http://www.psse.bytom.pl/sekcje/stanowiska/oz/oz\\_interwencje/trzymajforme/materialy/co\\_to\\_jest\\_anoreksja.pdf](http://www.psse.bytom.pl/sekcje/stanowiska/oz/oz_interwencje/trzymajforme/materialy/co_to_jest_anoreksja.pdf) [03.11.2016].
- WILK P., *Anoreksja – śmiertelna choroba*, [www.pieknecialo.republika.pl/anoreksja.html](http://www.pieknecialo.republika.pl/anoreksja.html) [03.11.2016].

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

W pogoni za urodą.

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut

### 3. Cel główny:

- Uświadomienie zagrożeń płynących z braku akceptacji własnego wyglądu oraz stosowania nieracjonalnych diet.

### 4. Cele szczegółowe:

- Nabycie wiedzy na temat anoreksji, jej przyczyn oraz skutków
- Podniesienie samooceny.
- Integracja grupy.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Rodzaje zaburzeń odżywiania.
- Co to jest anoreksja, przyczyny i mechanizm jej powstawania.
- Objawy anoreksji.
- Rodzaje anoreksji.
- Niebezpieczeństwa i skutki anoreksji.
- Zapobieganie zaburzeniom odżywiania.
- Istota akceptacji własnej osoby.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, mini wykład konwersatoryjny, wypowiedź ustna, praca pisemna – test wiedzy, prezentacja multimedialna,
- Metody problemowe: dyskusja, metoda Alexa Osborna, drzewko decyzyjne, rundka, „słoneczko”,
- Filmoterapia.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Laptop,
- Rzutnik,
- Arkusze szarego papieru,
- Małe kartki papieru, obrazek „słońca”,
- Kolorowe pisaki, długopisy,

- Test wiedzy,
- Płyta CD z filmem.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Powitanie, wprowadzenie dobrego klimatu do zajęć. Problematyka zaburzeń odżywiania
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca do tematu zajęć
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami słowami: „Witam wszystkie osoby, które lubią jeść owoce, witam także te osoby, które lubią jeść czekoladę, witam osoby, które lubią jeść mięso oraz tych, którzy jedzą wszystkie te produkty”. Nauczyciel krótko wprowadza uczniów w temat zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem oraz słuchają pogadanki wprowadzającej
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Co to jest anoreksja, przyczyny i mechanizm jej powstawania
Metody realizacji	Metoda Alexa Osborna
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Małe kartki papieru, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom małe kartki oraz długopisy. Prosi o wypisanie wszystkich skojarzeń ze słowem anoreksja
Czynności uczestników	Uczniowie odpowiadają na kartkach na pytanie zadane przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Co to jest anoreksja, przyczyny i mechanizm jej powstawania
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, „słoneczko”
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Obrazek z „buzią słońca”

Czynności prowadzącego	Nauczyciel zachęca uczniów do zaprezentowania swoich pomysłów i ułożenie kartek z hasłami w „słoneczko”. Powtarzające się hasła układane są w tym samym rzędzie tworząc promień słońca. Nauczyciel podsumowuje pracę uczniów, wskazując najdłuższe promienie
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei prezentują swoje prace oraz układają kartki z hasłami w kształcie promieni słońca
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Co to jest anoreksja, przyczyny i mechanizm jej powstawania. Objawy, niebezpieczeństwa, skutki anoreksji
Metody realizacji	Filmoterapia
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik, płyta z filmem
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zaprasza do obejrzenia krótkiego filmu poruszającego temat anoreksji
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają film prezentowany przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Konsekwencje anoreksji, sposoby zaradcze, zapobieganie zaburzeniom odżywiania
Metody realizacji	Metoda Alexa Osborna, drzewko decyzyjne, wypowiedź ustna
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Arkusze szarego papieru, kolorowe pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na 5 osobowe zespoły. Każdy zespół otrzymuje arkusz szarego papieru oraz kolorowe pisaki. Nauczyciel prosi, aby na dole arkusza zapisać główny problem bohaterki filmu, a następnie powyżej zaproponować 3 jego rozwiązania. Na górze arkusza zaznacza cel działań. Nauczyciel zaprasza przedstawicieli zespołów do zaprezentowania swoich propozycji
Czynności uczestników	Uczniowie w zespołach z wykorzystaniem drzewka decyzyjnego analizują przypadek bohaterki filmu. Do każdego rozwiązania uczniowie dopierają pozytywne i negatywne skutki, jakie mogą wystąpić. Przedstawiciele zespołów prezentują klasą swoje propozycje rozwiązania problemu bohaterki filmu

Uwagi realizacyjne	Stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze, przy których pracują poszczególne zespoły uczniów
--------------------	---

Treści kształcenia	Co to jest anoreksja, przyczyny i mechanizm jej powstawania. Objawy, niebezpieczeństwa, skutki anoreksji, zapobieganie. Istota akceptacji własnej osoby
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, mini wykład konwersatoryjny
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel z pomocą prezentacji multimedialnej podsumowuje dotychczasowe treści zajęć i wzbogaca je dodatkowymi informacjami na temat anoreksji. Zwraca uwagę na niebezpieczeństwa płynące z tej choroby
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają wykładu nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, stoliki pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Podsumowanie wiedzy zdobytej na zajęciach, dostrzeżenie własnych mocnych stron
Metody realizacji	Praca pisemna – test wiedzy, wypowiedzi ustna - rundka podsumowująca
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Test, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom krótki test wiedzy z zakresu przerabianej tematyki. Następnie zaprasza uczniów do rundki podsumowującej oraz dokończenie zdania: „Lubię w sobie...”
Czynności uczestników	Uczniowie rozwiązują test oraz uczestniczą w „rundce”
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Test wiedzy,
- Rozmowa podsumowująca.



Andrzej Potrepko

Wyższa Szkoła Gospodarki

## BEZPIECZEŃSTWO POŻAROWE W SZKOLE – TEORIA I PRAKTYKA

### 1. Ochrona przeciwpożarowa w placówkach oświatowych – wprowadzenie

Bezpieczeństwo pożarowe w obiektach szkolnych jest z pewnością zagadnieniem, któremu warto poświęcić uwagę z kilku powodów, jednak do najważniejszych należy kwestia zapewnienia całościowego bezpieczeństwa we wszystkich obszarach funkcjonowania szkoły – tylko wówczas takie bezpieczeństwo będzie zagwarantowane. Jeżeli chociaż jedna z dziedzin bezpieczeństwa nie będzie spełniać wymaganych standardów, kierujący placówką oświatową nie może stwierdzić, że gwarantuje bezpieczne funkcjonowanie szkoły jako instytucji publicznej, ze szczególnym naciskiem na zapewnienie bezpieczeństwa korzystających z obiektu szkolnego uczniów, ale też nauczycieli jako pracowników. Bezpieczeństwo pożarowe jest ważne wszędzie, we wszystkich obszarach funkcjonowania społeczeństwa. Jednakże instytucje publiczne, w tym szkoły, oceniane są w codziennym funkcjonowaniu inaczej, bardziej krytycznie i traktowane są w sposób szczególny. Rodzice oddają pod opiekę szkoły swoje dzieci, w różnym wieku, na różnym poziomie dojrzałości i samodzielności, począwszy praktycznie od wieku przedszkolnego, do wieku, w którym młodzież jest praktycznie samodzielna. Niezależnie od tego zawsze wymagamy i oczekujemy pełnego bezpieczeństwa, we wszystkich obszarach, w których mogą pojawić się zagrożenia. Warto wspomnieć w tym miejscu również o kwestii zaufania społecznego do szkół i naszego przeświadczenia, że zarządzanie bezpieczeństwem powszechnym, w tym również pożarowym odbywa się w sposób należyty i gwarantujący, że młodzież szkolna jest tam po prostu bezpieczna.

Potencjalne zagrożenie pożarowe występuje praktycznie w wielu miejscach i sytuacjach, w tym również w obiektach szkolnych. Sam fakt występowania takiego zagrożenia nie musi jednak stanowić problemu, pod warunkiem, że kierujący będą potrafili w odpowiedni sposób zarządzać ochroną przeciwpożarową. Poza-

ry w obiektach stanowiły i nadal stanowią poważny problem, wynikający przede wszystkim z ich natury fizycznej i chemicznej jako procesu spalania (utleniania) paliwa w środowisku powietrza. Powszechna dostępność materiału palnego (paliwa) oraz zawartego w powietrzu tlenu, koniecznego dla procesu spalania, decyduje o potencjalnie powszechnym zagrożeniu pożarowym. Pożar generujący wysoką temperaturę i dym zawierający związki toksyczne silnie oddziałujące na człowieka należy traktować zawsze z najwyższym respektem i postępować odpowiedzialnie. Z uwagi na to, że pożar oddziałuje zarówno na środowisko materialne (budynek, wyposażenie), jak i na znajdujących się w jego wnętrzu osoby, przyjmuje się, że środowisko pożarowe jest wysoce niebezpieczne i stwarza bezpośrednio zagrożenie dla zdrowia i życia ludzi.

Czy można zapobiegać zagrożeniom pożarowym w sposób skuteczny w obiektach szkolnych? Na tak postawione pytanie odpowiedź jest następująca: tak, można to robić skutecznie. Postaram się wyjaśnić, w jaki sposób to robić, jakimi metodami i kto powinien takie zadania realizować.

## 2. Budynek bezpieczny pożarowo

Aby określić najbardziej istotne aspekty związane z bezpieczeństwem pożarowym szkół, ujmując je w kontekście całościowym, tzn. uwzględniając zarówno obiekt, jak i samą placówkę szkolną jako organizację, należy poznać najważniejsze wymagania formalnoprawne determinujące te aspekty. Wymagania formalnoprawne należy rozpatrywać w dwóch obszarach:

- wymagania techniczno-budowlane i pożarowe dla budynku,
- wymagania w zakresie organizacji i zarządzania ochroną przeciwpożarową w szkole.

W celu zrozumienia całego szeregu wymagań ochrony przeciwpożarowej oraz sposobu zarządzania tą dziedziną bezpieczeństwa w organizacji, proponuję zapoznać się z poniższymi wybranymi zagadnieniami.

Samo pojęcie „bezpieczny budynek” często lansowane w różnych źródłach i opracowaniach zawiera w sobie pewną wieloznaczność, ale podstawowe aspekty bezpieczeństwa są z reguły stałe. Do tych aspektów zaliczyć należy bezpieczeństwo wynikające z zastosowanych rozwiązań konstrukcyjnych, pożarowych oraz warunków higienicznych. Jednak sam wymiar bezpieczeństwa związany z ochroną przeciwpożarową budynków jest bardzo szeroki i wymaga szczególnego potraktowania. Zanim jednak zaczniemy analizować najważniejsze postanowienia przepisów prawnych, warto odnieść się do samej istoty zagadnienia, a więc do podstawowej koncepcji bezpieczeństwa pożarowego budynków. Z analizy zagadnień dotyczących zjawiska pożaru i jego oddziaływania na ludzi i budynki wy-

suwa się wniosek następujący: „Celem nadrzędnym ochrony przeciwpożarowej w budynkach jest zapewnienie pożądanego stopnia ochrony życia i zdrowia osób w nich przebywających, z uwzględnieniem priorytetu bezpiecznej ewakuacji” – (*autor*). Takie założenie jest słuszne i w zasadzie bezdyskusyjne, zwłaszcza dla budynków charakteryzowanych kategorią zagrożenia ludzi.

Kolejną podstawową kwestią związaną z ochroną przeciwpożarową w budynkach jest ochrona mienia, często bardzo wysokiej wartości dla właścicieli. Dotyczy to np. określonej grupy budynków produkcyjnych i magazynowych. Zarówno w jednej, jak i w drugiej grupie budynków elementy decydujące o zapewnieniu wymaganego poziomu ochrony przeciwpożarowej będą się różnić, ale cel podstawowy będzie zawsze ten sam, tzn. zapewnienie warunków ochrony przeciwpożarowej na możliwie najwyższym poziomie.

Zakres i poszczególne elementy składowe ochrony przeciwpożarowej budynków i obiektów zostały określone w szeregu przepisów prawnych wykonawczych, odnoszących się do dwóch najważniejszych w tym obszarze ustaw – ustawy Prawo budowlane<sup>1</sup> oraz ustawy o ochronie przeciwpożarowej<sup>2</sup>.

Ustawa Prawo budowlane stanowi, że obiekt budowlany wraz ze związanymi z nim urządzeniami i instalacjami budowlanymi należy projektować i budować, biorąc pod uwagę przewidywany okres użytkowania oraz w sposób określony w przepisach, w tym przepisach techniczno-budowlanych, a także zgodnie z zasadami wiedzy technicznej, zapewniając spełnienie wymagań podstawowych. Wymagania te dotyczą między innymi:

- a) bezpieczeństwa konstrukcji,
- b) bezpieczeństwa pożarowego,
- c) bezpieczeństwa użytkowania,
- d) odpowiednich warunków higienicznych i zdrowotnych oraz ochrony środowiska.

Jak wynika zatem z powyższych zapisów, bezpieczeństwo pożarowe jest elementem traktowanym w sposób szczególny.

Druga ze wspomnianych ustaw – ustawa o ochronie przeciwpożarowej – jest aktem prawnym odnoszącym się całościowo do zagadnień ochrony przeciwpożarowej. Artykuł 4.1. tejże ustawy określa w sposób jednoznaczny zadania właściciela w zakresie zapewnienia odpowiednich warunków przeciwpożarowych. Zgodnie z art. 4.1. ustawy właściciel, zapewniając ochronę przeciwpożarową, obowiązany jest w szczególności:

---

<sup>1</sup> Ustawa z dnia 7 lipca 1994 r. – Prawo budowlane (tekst jednolity: Dz. U. 2006, Nr 156, poz. 1118 ze zm.).

<sup>2</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

- 1) przestrzegać przeciwpożarowych wymagań budowlanych, instalacyjnych i technologicznych;
- 2) wyposażyć budynek, obiekt lub teren w sprzęt pożarniczy i ratowniczy oraz środki gaśnicze zgodnie z obowiązującymi zasadami;
- 3) zapewnić konserwację oraz naprawy urządzeń przeciwpożarowych i gaśnic w sposób gwarantujący ich sprawne i niezawodne działanie;
- 4) zapewnić osobom przebywającym w budynku, obiekcie lub na terenie bezpieczeństwo i możliwość ewakuacji;
- 5) zapoznać pracowników z przepisami przeciwpożarowymi;
- 6) przygotować budynek, obiekt lub teren do prowadzenia akcji ratowniczej;
- 7) ustalić sposoby postępowania na wypadek pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia.

Zatem w art. 4 ust. 1<sup>3</sup> ustawodawca nakłada na właściciela budynku, obiektu budowlanego lub terenu konkretne wymogi w zakresie ochrony przeciwpożarowej, a wszystkie wymienione w nim powinności mają na względzie tylko jeden cel, jakim jest zapewnienie ochrony przeciwpożarowej na właściwym poziomie.

Żeby lepiej zrozumieć konstrukcję formalnoprawnych wymagań przeciwpożarowych dla budynków, należy zapoznać się ze sposobem klasyfikacji pożarowej budynków i wynikającymi z tej klasyfikacji konsekwencjami w praktycznym podejściu do zarządzania bezpieczeństwem pożarowym w budynkach.

Wymagania przeciwpożarowe dla budynków określone są w zależności od ich przeznaczenia, wysokości oraz ilości materiałów palnych, jakie się w nich znajdują.

W zależności od przeznaczenia budynki dzielimy na:

- kategorii zagrożenia ludzi (ZL),
- produkcyjno-magazynowe (PM),
- inwentarskie (IN).

Należy pamiętać, iż klasyfikacja ta dotyczy zarówno całych budynków, jak i ich części będących odrębnymi strefami pożarowymi.

Budynki „ZL”, przeznaczone na pobyt ludzi, zostały jeszcze bardziej szczegółowo podzielone na kolejnych 5 kategorii w następujący sposób:

- ZL I – pomieszczenia przeznaczone do jednoczesnego przebywania ponad 50 osób niebędących ich stałymi użytkownikami, a nieprzeznaczone przede wszystkim do użytku ludzi o ograniczonej zdolności poruszania się;

---

<sup>3</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

- ZL II – przeznaczone przede wszystkim do użytku osób o ograniczonej zdolności poruszania się, takie jak szpitale, żłobki, przedszkola, domy dla osób starszych;
- ZL III – użyteczności publicznej niezakwalifikowane do ZL I i ZL II;
- ZL IV – mieszkalne;
- ZL V – zamieszkania zbiorowego, niezakwalifikowane do ZL I i ZL II.

Przykłady:

- do ZL I zaliczamy np. sale konferencyjne, wykładowe, poczekalnie dworców, hipermarkety, lokale gastronomiczno-rozrywkowe;
- do ZL III zaliczamy np. obiekty szkolne czy administracyjno-biurowe;
- do ZL IV zaliczamy domy mieszkalne jednorodzinne lub wielorodzinne;
- do ZL V zaliczamy budynki zamieszkania zbiorowego, np. akademiki, hotele, domy wczasowe itp.

Zaliczenie budynków do danej kategorii ZL ma bardzo ważny wpływ na ich ochronę przeciwpożarową. Wiąże się to z przypisaniem konkretnemu budynkowi odpowiedniej kategorii odporności pożarowej, co z kolei wpływa na dobór odpowiednich elementów konstrukcyjnych budynku. Kategoria ZL determinuje również warunki przeprowadzenia skutecznej i bezpiecznej ewakuacji ludzi. Generalizując: im wyższy budynek oraz im więcej osób może w nim przebywać, tym bardziej rygorystyczne wymagania występują w zakresie jego ochrony przeciwpożarowej.

Drugim kryterium, przy pomocy którego klasyfikuje się budynki, jest ich wysokość. Ze względu na ten aspekt budynki dzielimy na:

- niskie (N) – do 12 m włącznie nad poziomem terenu lub mieszkalne o wysokości do 4 kondygnacji nadziemnych włącznie;
- średniowysokie (SW) – ponad 12 do 25 m włącznie nad poziomem terenu lub mieszkalne o wysokości ponad 4 do 9 kondygnacji nadziemnych włącznie;
- wysokie (W) – ponad 25 do 55 m włącznie nad poziomem terenu lub mieszkalne o wysokości ponad 9 do 18 kondygnacji nadziemnych włącznie;
- wysokościowe (WW) – powyżej 55 m nad poziomem terenu.

Kolejnym istotnym elementem jest odporność pożarowa budynku. Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie, ustanowiono pięć klas odporności pożarowej budynków lub ich części, podanych w kolejności od najwyższej do najniższej i oznaczonych literami: „A”, „B”, „C”, „D”

i „E”<sup>4</sup>. Zakwalifikowanie budynku do danej klasy wymusza zastosowanie odpowiednich materiałów, z których wykonane są elementy konstrukcyjne budynku.

Klasa odporności ogniowej elementów budynków jest cechą charakteryzującą odporność ogniową elementów konstrukcyjnych. Ustala się ją na podstawie 3 podstawowych parametrów:

- **R** – nośność ogniowa,
- **E** – szczelność ogniowa,
- **I** – izolacyjność ogniowa.

Szczegółowo te zagadnienia opisane zostały w rozdziale VI pt. *Bezpieczeństwo pożarowe* rozporządzenia z dnia 12 kwietnia 2002 r.

Przejdźmy teraz do kolejnego niezwykle istotnego zagadnienia, jakim są warunki ewakuacji ludzi z budynku. Kojarzą się nam one z reguły z bezpieczeństwem osób w sytuacji powstania w budynku zagrożenia, a bardziej obrazowo – z możliwością bezpiecznego opuszczenia budynku w możliwie krótkim czasie. Takie podejście jest jak najbardziej słuszne. Zgodnie z rozporządzeniem z dnia 12 kwietnia 2002 r. z pomieszczeń przeznaczonych na pobyt ludzi powinna być zapewniona możliwość ewakuacji w bezpieczne miejsce na zewnątrz budynku lub do sąsiedniej strefy pożarowej, bezpośrednio albo drogami komunikacji ogólnej, zwanymi dalej „drogami ewakuacyjnymi”<sup>5</sup>.

Warunki budowlane i pożarowe są potraktowane w przepisach prawa budowlanego oraz przepisach przeciwpożarowych w sposób bardzo rygorystyczny. Celem takiego podejścia jest zapewnienie możliwie wysokiego poziomu bezpieczeństwa dla osób korzystających z różnych obiektów, o różnym przeznaczeniu, wysokości, kubaturze, powierzchni, układzie architektonicznym itp. W obiektach szkolnych, klasyfikowanych z reguły do grupy budynków ZL III, warunki ewakuacyjne są elementem dodatkowo istotnym, ponieważ oprócz codziennego funkcjonowania szkoły, gdzie grupy młodzieży zorganizowanej w klasy odbywają zajęcia w pomieszczeniach klasowych, organizowane są też inne formy działalności związane z pobytem dużych grup osobowych w pomieszczeniach świetlicowych, salach gimnastycznych (np. uroczyste apele). W takich przypadkach warunki ewakuacyjne muszą zawsze zapewniać możliwość bezpiecznej ewakuacji w każdej sytuacji zagrożenia. Aby ocenić, czy warunki ewakuacyjne spełniają zarówno wymagania formalne, jak i praktyczne, należy w sposób okresowy przeprowadzać ocenę tych warunków oraz praktyczne sprawdzanie w formie tzw. ćwiczeń ewakuacyjnych. Warunki ewakuacji muszą być dostosowane do liczby i stanu osób przebywają-

<sup>4</sup> § 212.1 Rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz. U. z dnia 15 czerwca 2002 r.).

<sup>5</sup> § 236 Rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz. U. z dnia 15 czerwca 2002 r.).

cych w obiekcie poprzez zabezpieczenie dostatecznej liczby, wysokości i szerokości wyjść ewakuacyjnych, dopuszczalnej długości i szerokości przejść i dojść ewakuacyjnych. Drogi ewakuacyjne muszą być zabezpieczone przed zadymieniem, zapewniać oświetlenie ewakuacyjne oraz możliwość rozgłaszania sygnałów ostrzegawczych i komunikatów głosowych. W sytuacji gdy budynek nie spełnia warunków technicznych w zakresie ewakuacji ludzi, uznaje się go za zagrażający życiu. W przypadku występowania rozbieżności pomiędzy wymaganiami techniczno-budowlanymi dla dróg ewakuacyjnych a stanem rzeczywistym, konieczne jest zasięgnięcie opinii rzeczoznawcy do spraw zabezpieczeń przeciwpożarowych i podjęcie natychmiastowych działań zmierzających do usunięcia stwierdzonych nieprawidłowości. Na podstawie ekspertyzy wykonanej przez rzeczoznawcę można wystąpić do właściwego komendanta wojewódzkiego PSP o wyrażenie zgody na spełnienie wymagań w zakresie bezpieczeństwa pożarowego w obiekcie w sposób inny, niż przewidują to przepisy techniczno-budowlane, pod warunkiem zastosowania wskazanych w ekspertyzie zastępczych zabezpieczeń pożarowych.

Do najważniejszych elementów decydujących o poziomie warunków ewakuacji w obiekcie szkolnym zaliczyć należy:

- a) wymagania przeciwpożarowe dla elementów wykończenia wnętrz i wyposażenia stałego,
- b) szerokość korytarzy i klatek schodowych jako poziomych i pionowych dróg ewakuacyjnych,
- c) szerokość i ilość drzwi stanowiących wyjścia ewakuacyjne z pomieszczeń i budynku,
- d) zakaz rozmieszczania na drogach ewakuacyjnych zabronionych elementów ruchomych i stałych, które mogą ograniczać lub utrudniać, a w sytuacjach skrajnych wręcz uniemożliwiać bezpieczną ewakuację oraz przyczyniać się do rozprzestrzeniania się pożaru.

Szczegółowe wymagania w zakresie warunków budowlano-pożarowych ewakuacji zostały opisane w rozporządzeniu<sup>6</sup>. Warunki organizacyjno-pożarowe ewakuacji zostały z kolei opisane w Rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. 2010 Nr 109, poz. 719).

Na koniec kilka zdań o drogach pożarowych. Drogi pożarowe odgrywają bardzo ważną rolę w filozofii „bezpiecznego budynku”. Drogi takie muszą spełniać szereg wymagań technicznych w zakresie takich parametrów jak szerokość jezdni, nośność wyrażana w kN na oś pojazdu ratowniczego, przejezdność bezkolizyjna (manewrowość dla pojazdów ratowniczych) czy dopuszczalna odległość od

---

<sup>6</sup> Rozporządzenie Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz. U. z dnia 15 czerwca 2002 r.).

budynku. Zapewnienie warunków dojazdu pożarowego skraca czas od momentu zgłoszenia zdarzenia do skutecznej interwencji straży pożarnej, tym samym przyczynia się w sposób ewidentny do zapewnienia skuteczności akcji ratowniczej. Należy pamiętać, że zapewnienie dróg pożarowych nie jest wymagane obligatoryjnie dla wszystkich budynków. Warunki techniczne i formalne dla dróg pożarowych określone zostały w Rozporządzeniu Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 24 lipca 2009 r. w sprawie przeciwpożarowego zaopatrzenia w wodę oraz dróg pożarowych.

### **3. Szkoły – specyfika budynku i instytucji**

Obiekty szkolne klasyfikowane są jako budynki użyteczności publicznej. Podstawowa funkcja tego typu obiektów sprowadzona jest do pobytu określonej ilości uczniów i kadry nauczycielskiej w celu realizacji procesu dydaktycznego. Mamy więc dwie grupy społeczne – uczniów i nauczycieli. Uczniowie w zdecydowanej większości są osobami niepełnoletnimi, będącymi pod opieką instytucjonalną placówki szkolnej. Kadra kierownicza szkoły oraz nauczyciele są odpowiedzialni za zapewnienie bezpieczeństwa uczniów podczas ich pobytu w szkole. Należy pamiętać, że status ucznia, uwzględniając jego zakres ubezpieczenia, jest zupełnie inny niż status pracownika w zakładzie pracy, wobec którego pracodawca, zgodnie z ustawą Kodeks pracy, ma wiele obowiązków w zakresie zapewnienia bezpiecznych i higienicznych warunków pracy. Pomimo iż pożar stwarza potencjalnie bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia osób znajdujących się w zasięgu jego oddziaływania, to samo zapewnienie wymaganego poziomu ochrony przeciwpożarowej w budynkach szkolnych nie musi być zadaniem szczególnie trudnym. Budynki szkolne w porównaniu z wieloma innymi obiektami nie stanowią z racji ich funkcji szczególnego ryzyka powstania pożaru, a zwłaszcza warunków do jego szybkiego rozprzestrzeniania się. Takie założenie odnosi się oczywiście do obiektów spełniających wymagania pożarowo-budowlane. Żeby zapewnić akceptowalny poziom bezpieczeństwa pożarowego w obiekcie szkolnym, należy zapewnić jednak sprawne zarządzanie tym bezpieczeństwem. Ustawa o ochronie przeciwpożarowej w art. 3.1. stanowi: „Osoba fizyczna, osoba prawna, organizacja lub instytucja korzystające ze środowiska, budynku, obiektu lub terenu są obowiązane zabezpieczyć je przed zagrożeniem pożarowym lub innym miejscowym zagrożeniem”. Warto pamiętać, że obowiązek przestrzegania i stosowania przepisów w zakresie ochrony przeciwpożarowej ma charakter powszechności i obejmuje praktycznie wszystkie dziedziny naszego codziennego życia i każdego z nas, razem i osobno ujmując. Praktycznie oznacza to, że każdy pracownik szkoły, nawet bez aktualnych szkoleń z zakresu ochrony przeciwpożarowej czy też stosowanych zapisów w zakresie swoich obowiązków, zgodnie z przytoczoną treścią art. 3.1. ustawy, ma obowiązek



przestrzegać przepisów przeciwpożarowych, a w praktyce nie dopuszczać do powstawania zagrożenia pożarowego. Jednak za zapewnienie wymaganego poziomu ochrony przeciwpożarowej w placówkach oświatowych, zwłaszcza w obszarze zadań określonych w art. 4.1. ustawy<sup>7</sup>, odpowiedzialność ponoszą właściciele obiektów szkolnych. W praktyce funkcjonowania szkół zadania te realizować muszą zarządzający, czyli dyrektorzy, chyba że podmiot będący właścicielem budynku szkolnego określi sposób odpowiedzialności za ochronę przeciwpożarową inaczej, tzn. powierzając realizację zadań ustawowych innej osobie.

#### **4. Jak sprawnie zarządzać ochroną przeciwpożarową w szkole?**

Aby sprawnie realizować zadania z zakresu ochrony przeciwpożarowej, należy wdrożyć pewne określone standardy organizacyjne, a mianowicie:

- powierzenie zadań wykonawczych osobie posiadającej wymagane kwalifikacje do wykonywania czynności w zakresie ochrony przeciwpożarowej;
- opracowanie i wdrożenie programu zarządzania ochroną przeciwpożarową w szkole;
- zapewnienie wymaganych instrukcji i procedur w obszarze bezpieczeństwa pożarowego;
- zapewnienie systemu szkoleń dla kadry nauczycielskiej z zakresu bezpieczeństwa pożarowego (szkolenia takie stanowić powinny element szerszego podejścia do szkoleń z zakresu potencjalnych zagrożeń, na jakie placówka szkolna może być narażona);
- zapewnienie programu popularyzacji zasad bezpieczeństwa pożarowego dla młodzieży szkolnej (to zagadnienie szerzej przedstawione w rozdziale 7);
- wprowadzenie standardów współpracy szkoły z podmiotami i służbami takimi jak Straż Pożarna, Policja czy straże gminne / miejskie w zakresie bezpieczeństwa placówek szkolnych.

Kwalifikacje osób mogących realizować czynności w zakresie ochrony przeciwpożarowej określone są w ustawie<sup>8</sup> w art. 4.2. Czynności, o których mowa była powyżej, wykonywać mogą osoby posiadające kwalifikacje zawodowe lub uprawnienia do zajmowania stanowisk / wykonywania zawodu:

- inspektora ochrony przeciwpożarowej,
- technika pożarnictwa,
- inżyniera pożarnictwa.

---

<sup>7</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

<sup>8</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

Dyrektor szkoły może powierzyć w ramach dodatkowych obowiązków wykonywanie zadań w zakresie ochrony przeciwpożarowej pracownikowi, który nabył uprawnienia inspektora ochrony przeciwpożarowej. Tryb nabywania uprawnień i kwalifikacji określa ustawa<sup>9</sup>. Ponadto dyrektor szkoły ma możliwość zlecenia wykonania określonych czynności w zakresie ochrony przeciwpożarowej specjalistom zewnętrznym, posiadającym kwalifikacje w zakresie inżynierii bezpieczeństwa pożarowego lub rzeczoznawcom ds. zabezpieczeń przeciwpożarowych, zwłaszcza w odniesieniu do zadań trudnych lub wymagających zajęcia stanowiska formalnego przez osobę posiadającą kwalifikacje odpowiedniego poziomu, określone przepisami prawa.

### **5. Szkolenia kadry nauczycielskiej z zakresu ochrony przeciwpożarowej**

Obowiązek prowadzenia szkoleń pracowników z zakresu ochrony przeciwpożarowej wynika z art. 4.1. pkt 6 ustawy<sup>10</sup>, z par. 6.1. Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów<sup>11</sup> oraz z Rozporządzenia Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy<sup>12</sup>. Ustawa z dnia 23 sierpnia 1991 r. o ochronie przeciwpożarowej w art. 4.1. stanowi, że właściciel budynku, obiektu budowlanego lub terenu, zapewniając ich ochronę przeciwpożarową, jest obowiązany między innymi:

- zapoznać pracowników z przepisami przeciwpożarowymi;
- ustalić sposoby postępowania na wypadek powstania pożaru, klęski żywiołowej lub innego miejscowego zagrożenia.

Samo ustalenie sposobów postępowania na wypadek powstania pożaru lub innego zagrożenia bez zapoznania z tymi zagadnieniami pracowników byłoby w istocie zapisem martwym, bez skutków zapewnienia wymaganego poziomu ochrony życia i zdrowia pracowników.

Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. – Kodeks pracy w art. 2091 stanowi, że pracodawca ma obowiązek wyznaczyć pracowników, którzy będą realizować za-

---

<sup>9</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

<sup>10</sup> Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).

<sup>11</sup> Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. 2010 Nr 109, poz. 719).

<sup>12</sup> Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy (Dz.U. 2004 nr 180 poz. 1860, ze zm. )

dania w zakresie zwalczania pożaru oraz prowadzenia ewakuacji osób. Zakres i poziom przeszkolenia wyznaczonych pracowników wynikać powinien ze specyfiki występujących zagrożeń pożarowych w zakładzie pracy. Sam obowiązek wyznaczenia pracowników do wykonywania określonych zadań stanowi, że zakres takiego przeszkolenia powinien zapewniać należyty poziom wiedzy i umiejętności, gwarantujących wykonywanie wskazanych zadań w sposób umiętny i bezpieczny.

Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z 7 czerwca 2010 r. roku w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów w par. 6.1. ust. 6 stwierdza, że instrukcja bezpieczeństwa pożarowego w swoich postanowieniach musi określać sposoby zapoznania użytkowników obiektu, w tym zatrudnionych pracowników, z przepisami przeciwpożarowymi oraz treścią przedmiotowej instrukcji. Forma zapoznawania z postanowieniami instrukcji nie została precyzyjnie określona. Z uwagi na fakt, że instrukcja jest dokumentem mającym zapewniać bezpieczeństwo pożarowe środowiska pracy, a więc bezpieczeństwo i ochronę życia i zdrowia pracownika oraz mienia zakładu, sposób zapoznawania pracowników z postanowieniami instrukcji musi gwarantować efektywność w przekazie wiedzy oraz umiejętności postępowania na wypadek zagrożeń pożarowych oraz zagrożeń pozostałych.

Rozporządzenie Ministra Gospodarki i Pracy z dnia 27 lipca 2004 r. w sprawie szkolenia w dziedzinie bezpieczeństwa i higieny pracy nakłada obowiązek realizowania w ramach szkoleń z bhp tematyki z zakresu ochrony przeciwpożarowej w wymiarze określonym w programach szkolenia zawartych w przedmiotowym rozporządzeniu. W każdym zakładzie pracy, tym samym również w placówce szkolnej, sposób organizacji i przeprowadzania szkoleń w dziedzinie szeroko pojętego bezpieczeństwa powinien być opisany proceduralnie. Pracodawca powinien w stosownym dokumencie określić rodzaje szkoleń, częstotliwość ich przeprowadzania, treści programowe oraz sposób dokumentowania. Aby nie tworzyć dodatkowych dokumentów, dobrą praktyką jest umieszczenie tej problematyki w instrukcji bezpieczeństwa pożarowego. Jeżeli natomiast wszystkie rodzaje szkoleń miałyby być zawarte w jednym, spójnym, dokumencie, wówczas należy wydać np. instrukcję organizacyjno-metodyczną szkoleń w dziedzinie bezpieczeństwa odpowiednią decyzją dyrektora placówki szkolnej. Ważnym aspektem jest przestrzeganie zasady spójności zapisów w różnych dokumentach. W praktyce zdarza się np. że postanowienia odnośnie realizacji szkoleń zawarte w instrukcji bezpieczeństwa pożarowego, zatwierdzonej i wprowadzonej do stosowania przez właściwego dyrektora nie są w praktyce stosowane lub stosowane są tylko częściowo. Należy unikać takich sytuacji, gdyż taką praktyką sankcjonujemy nieprzestrzeganie postanowień ważnych dokumentów, co w konsekwencji może mieć bardzo negatywne

skutki dla zapewnienia wymaganego poziomu bezpieczeństwa pożarowego w szkołach.

Obowiązująca od 5 sierpnia 2009 roku nowelizacja ustawy z 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy, a konkretnie art. 2091 § 1 zobowiązuje pracodawców do m.in. wyznaczenia pracowników do wykonywania działań w zakresie zwalczania pożarów i ewakuacji osób. Dyrektor szkoły jest zobowiązany do wyznaczenia spośród personelu nauczycielskiego odpowiedniej ilości osób, która będzie odpowiedzialna za koordynację i przeprowadzenie ewakuacji, podjęcie działań z zakresu ugaszenia pożaru przy użyciu podręcznego sprzętu gaśniczego oraz udzielenia pierwszej pomocy osobom potrzebującym. Art. 2091 Kodeksu pracy wskazuje, że liczba pracowników wyznaczonych do zwalczania pożarów, ich szkolenie i wyposażenie powinny uwzględniać rodzaj i poziom występujących zagrożeń (pod uwagę należy wziąć liczbę i powierzchnię kondygnacji, liczbę klatek schodowych i wyjść z budynku oraz nieobecności powodowane urlopem czy zwolnieniem lekarskim wyznaczonych do tego typu zadań pracowników).

Do obowiązków w zakresie zwalczania pożarów w obiektach szkolnych może należeć:

- uruchomienie systemów alarmowych,
- poinformowanie odpowiednich służb o zaistnieniu pożaru,
- obsługa podręcznego sprzętu gaśniczego.

W wielu placówkach szkolnych są wdrożone programy bezpieczeństwa, we współpracy np. z lokalnymi wydziałami zarządzania kryzysowego, strażami gminnymi, Policją i Strażą Pożarną. W oparciu o takie programy wyznaczani są w szkołach spośród kadry dydaktycznej tzw. obiektowi koordynatorzy bezpieczeństwa (OKB) lub liderzy bezpieczeństwa. Szczegółowy zakres obowiązków w zakresie postępowania takich osób powinien być uwzględniony w instrukcji bezpieczeństwa pożarowego.

Oprócz szkolenia podstawowego pracownik musi odbyć szkolenie instruktażowe na każdym stanowisku, na którym pracuje. Instruktaż stanowiskowy powinien zapewnić uczestnikom szkolenia zapoznanie się z czynnikami środowiska pracy występującymi na ich stanowiskach pracy i ryzykiem zawodowym związanym z wykonywaną pracą, sposobami ochrony przed zagrożeniami, jakie mogą powodować te czynniki, oraz metodami bezpiecznego wykonywania pracy na tych stanowiskach. Pamiętać przy tym należy, że na wielu stanowiskach pracy istnieją realne przesłanki do powstania pożaru i o tych zagrożeniach, a także o profilaktyce pożarowej pracownik powinien zostać poinstruowany.

## **6. Popularyzacja ochrony przeciwpożarowej wśród młodzieży – formy i cele**

Popularyzacja i kształtowanie wśród młodzieży szkolnej wzorców bezpiecznych zachowań podczas zagrożeń było i jest zadaniem bardzo ważnym, mającym kształtować określone umiejętności i postawy. Najważniejsze wydaje się jednak kształtowanie trwałej świadomości w tej grupie osób, nakierowanej na wiedzę o zagrożeniach oraz pozytywne postawy myślowe i umiejętności radzenia sobie z zagrożeniami w codziennym życiu. Jakkolwiek bardzo poprawnie to brzmi, nie zmienia to jednak zasadności co do samej idei, którą należy realizować na różnych płaszczyznach i w różnych formach przekazu i oddziaływania na młodzież szkolną. Rola Państwowej Straży Pożarnej w tym obszarze jest bardzo szczególna, gdyż z uwagi na wyjątkowość tej formacji może ona oddziaływać na młodego człowieka bardzo sugestywnie i skutecznie. Skąd to optymistyczne założenie?

Państwowa Straż Pożarna została powołana do życia na mocy ustawy z dnia 1 stycznia 1992 roku, a więc na początku okresu transformacji społeczno-ustrojowej i gospodarczej w naszym kraju. Powołanie w miejsce funkcjonującej Zawodowej Straży Pożarnej nowej formacji wiązało się nie tylko ze zmianą nazwy, ale przede wszystkim ze zmianą jakościową i kompetencyjną tworzącej się nowoczesnej formacji ratowniczej. Państwowa Straż Pożarna, podejmując się realizacji działań ratowniczych nie tylko w zakresie zwalczania pożarów, ale również w zakresie likwidacji wszelkich innych zagrożeń, przejęła w praktyce dziedziny ratownictwa technicznego, chemicznego, ekologicznego, medycznego, wraz z czynnościami ratownictwa wysoce specjalistycznego (wysokościowego, wodnego, poszukiwawczo-ratowniczego). Aby takim wyzwaniom podołać, następowała szybka wymiana sprzętu przestarzałego na sprzęt bardzo nowoczesny, a do służby w Państwowej Straży Pożarnej wstępowały nowe pokolenia kandydatów, szkolone w zawodach pożarniczych według nowych standardów. Strażacy szybko zaczęli pokazywać swoje umiejętności i zaangażowanie w służbie na rzecz bezpieczeństwa ludności w najbardziej różnorodnych sytuacjach, dzięki czemu zaczęły rosnać wskaźniki zaufania społecznego, a Państwowa Straż Pożarna stawała się formacją postrzeganą bardzo pozytywnie w różnych aspektach jej funkcjonowania, także w aspekcie atrakcyjności zawodu. Zwróciłem uwagę na krótki i wybiórczy zarys początków funkcjonowania Państwowej Straży Pożarnej, ponieważ moim zdaniem ma to kluczowe znaczenie w możliwościach oddziaływania edukacyjnego na młodzież szkolną, i nie tylko szkolną. Strategicznym elementem w możliwościach oddziaływania edukacyjnego strażaków Państwowej Straży Pożarnej na środowisko młodzieży szkolnej było odbieranie straży pożarnej jako formacji nie tylko skutecznej, ale przede wszystkim nowoczesnej i atrakcyjnej dla młodego człowieka. W tym

trudnym okresie zaniku autorytetów w różnych obszarach życia społecznego Państwowa Straż Pożarna szybko pokazała, że grupa zawodowa strażaków jest odbierana pozytywnie przez całe społeczeństwo, więc nie wzbudzała uprzedzeń wśród młodzieży, wręcz przeciwnie – strażacy spotykali się z zasady z wielkim zainteresowaniem i szacunkiem dla nich samych i tego, co robią. Tak oto został zbudowany „próg startowy” do dobrych kontaktów z młodzieżą szkolną, wystarczyło tylko tę sytuację wykorzystać dla pozytywnego oddziaływania na kształtowanie świadomości w obszarze między innymi podstawowej wiedzy z zakresu zagrożeń i wzorców bezpiecznego zachowywania się.

Popularyzacja zasad bezpiecznych zachowań związanych z profilaktyką i zagrożeniami pożarowymi, jak i innymi zagrożeniami cywilizacyjnymi w codziennym życiu jest prowadzona przez Państwową Straż Pożarną w różnorodnych formach organizacyjnych i edukacyjnych, praktycznie na każdym poziomie organizacyjnym straży pożarnej, począwszy od Komendy Głównej PSP i komend wojewódzkich, kończąc na komendach miejskich / powiatowych oraz szkołach pożarniczych. Do form popularyzatorskich bezpieczne zachowania się oraz propagujących podstawowe elementy prewencji pożarowej zaliczyć należy między innymi:

- wydawnictwa drukowane, z ciekawą i przystępną grafiką, takie jak kalendarze, broszury informacyjne, krótkie poradniki, plakaty,
- festyny środowiskowe organizowane przez Państwową Straż Pożarną pod nazwą wspólną „Dni Otwarte Strażnic”,
- festyny środowiskowe organizowane przy okazji uroczystych apeli z okazji Dnia Strażaka,
- konkursy plastyczne o tematyce pożarniczej,
- udział strażaków w imprezach organizowanych przez placówki szkolne oraz placówki kulturalno-oświatowe, np. młodzieżowe domy kultury, w celu propagowania zasad bezpieczeństwa i podstawowej profilaktyki pożarowej.

Jednak najbardziej strażacy mogą zbliżyć się do młodzieży w różnorodnych formach kontaktów bezpośrednich, a to jest realizowane na poziomie jednostek ratowniczo-gaśniczych, które prowadzą swoją działalność operacyjną w ramach własnych terytorialnie wyznaczonych obszarów chronionych. W zasadzie dowódcy jednostek ratowniczo-gaśniczych powinni być zainteresowani, w miarę posiadanych możliwości czasowych, prowadzeniem działalności edukacyjnej wśród młodzieży szkolnej w zakresie zasad bezpiecznego zachowania się oraz znajomości podstaw profilaktyki pożarowej. Można przecież bez zbytejnej przesady założyć, że z czasem ta „praca edukacyjna u podstaw” przyniesie przecież wymierne korzyści w postaci kształtowania dorastającego pokolenia, z bagażem wiedzy i świadomości w obszarach codziennego bezpieczeństwa. Przecież ci

młodzi ludzie za kilkanaście lat będą pracownikami w zakładach pracy, będą użytkownikami dróg w roli kierowców i to od ich postaw i zachowań będzie to bezpieczeństwo również zależało.

Chciałbym przedstawić teraz – jako przykład tzw. dobrych praktyk – formy edukacyjne oddziaływania na młodzież szkolną, jakie prowadzone są od wielu lat przez Szkołę Podoficerską Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy. Szkoła Podoficerska praktycznie od rozpoczęcia swojej działalności w roku 1992 prowadzi działania w zakresie edukacji młodzieży szkolnej w różnorodnych formach. Wyróżnić tutaj należy działania prowadzone cyklicznie, jak i działania podejmowane doraźnie, jako odpowiedź na inicjatywy placówek oświatowych lub organizacji społecznych.

Do działań prowadzonych cyklicznie zaliczyłbym tzw. Dni Otwarte w Szkole Podoficerskiej, podczas których strażacy Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej Szkoły Podoficerskiej prowadzą w maju dla klas uczniowskich oraz grup przedszkolnych zajęcia na terenie strażnicy. Podczas takich zajęć uczniowie i nauczyciele mają możliwość przyjrzenia się z bliska pracy strażaków, poznania ich samych bliżej (bardzo często strażacy są później przez uczestników zajęć w strażnicy rozpoznawani w czasie prowadzenia czynności ratowniczych), a także pozyskania elementarnej wiedzy w obszarze zagrożeń. Podczas prowadzonych zajęć, najczęściej w formie pogadanki połączonych z pokazem sprzętu ratowniczego, uczestnikom przekazywana jest wiedza na temat zasad bezpiecznego zachowania się w sytuacjach zagrożeń czy podstawowych zasad profilaktyki pożarowej, w ciekawych i przystępnych formach przekazu. To podczas takich zajęć strażacy tłumaczą, czym jest numer alarmowy 998 i 112 oraz jak z niego korzystać.

Inną formą zajęć z elementami edukacji podstawowej w zakresie bezpieczeństwa są ćwiczenia prowadzone przez zastępy ratownicze na terenie obiektów szkolnych i przedszkolnych, połączone z ćwiczeniami z zakresu ewakuacji osób z tych obiektów. Podczas takich ćwiczeń doświadczeni dowódcy zwracają uwagę kadrze nauczycielskiej na istotne elementy bezpiecznego reagowania i zachowania się po ogłoszeniu alarmów ewakuacyjnych. Po zakończeniu ćwiczeń przeprowadzana jest pogadanka z uczniami na temat zasad bezpiecznego postępowania podczas zagrożeń w budynku szkolnym. Stosowanie takiej formy powoduje, że wzrasta odczucie ważności uczestniczenia w ćwiczeniach wśród uczniów i łatwiej jest osiągać zamierzone cele dotyczące kształtowania podstawowych nawyków bezpiecznego zachowania się w określonych sytuacjach.

Kolejną formą zajęć popularyzujących bezpieczeństwo wśród społeczności uczniowskiej jest udział strażaków Szkoły Podoficerskiej w organizowanych przez placówki oświatowe spotkaniach tematycznych poświęconych tematyce związanej z wykonywaniem zawodu strażaka lub tematyce profilaktyki pożarowej.

## **7. Organizacja imprez w szkole a bezpieczeństwo pożarowe**

Organizacja każdej większej imprezy okolicznościowej w szkole, zarówno o charakterze uroczystości oficjalnej, jak i imprezy o charakterze sportowym czy rozrywkowym, powinna wymusić wzmoczoną czujność zarządzającego placówką szkolną z uwagi na wzrost ryzyka potencjalnych zagrożeń. Ta tematyka jest bardzo ważna i rozległa, ale warto nadmienić, że podczas organizacji takich imprez zagadnienia bezpieczeństwa pożarowego muszą być zawsze uwzględnione w planie organizacyjnym imprezy, włączając w to przydzielenie określonych zadań konkretnym osobom. Należy sprawdzić obiekt bezpośrednio przed danym wydarzeniem pod względem bezpieczeństwa pożarowego, zwłaszcza w zakresie takich elementów jak:

- drożność dróg ewakuacyjnych,
- sprawność wyjść ewakuacyjnych,
- rozmieszczenie i dostęp do podręcznego sprzętu gaśniczego,
- środki alarmowania o zagrożeniach w obiekcie.

Warunkiem wręcz koniecznym jest obecność koordynatorów bezpieczeństwa podczas imprezy, którzy będą monitorować zagrożenia i czuwać nad bezpieczeństwem uczestników.

## **8. Ćwiczenia ewakuacyjne – wymagania formalne i praktyka**

Jak wcześniej zaznaczyłem, zapewnienie bezpieczeństwa pożarowego to jeden z generalnych warunków koniecznych do spełnienia przy użytkowaniu budynku, obiektu lub terenu. Osiągnięcie takiego stanu wymaga spełnienia szeregu koniecznych wymogów zarówno w zakresie technicznym, jak i organizacyjnym. Wśród tych warunków zapewnienie możliwości ewakuacji oraz umiejętność jej przeprowadzenia to priorytet ogólnego bezpieczeństwa. Ewakuacja w swoich założeniach jest działaniem zorganizowanym, dlatego też znajomość zasad oraz wyrobienie umiejętności praktycznych jest jednym z podstawowych niezbędnych elementów warunkujących szeroko rozumiane bezpieczeństwo pożarowe. W sytuacji zagrożenia życia i zdrowia działanie personelu i przebywających w obiekcie ludzi powinno być pozbawione cech improwizacji, przypadkowości oraz paniki. W sytuacji stresu spowodowanego nagłym, niebezpiecznym zdarzeniem zostaje znacznie upośledzona zdolność racjonalnego działania, dlatego działania ewakuacyjne do czasu przybycia jednostek ochrony przeciwpożarowej powinny odbywać się według pewnych, ustalonych wcześniej schematów.



Szkoła jest dobrym miejscem na kształtowanie właściwych zachowań i umiejętności w zakresie radzenia sobie z zagrożeniami w sytuacjach nagłych. Wykorzystując ćwiczenia praktyczne ewakuacyjne prowadzone z udziałem uczniów i nauczycieli, przy poprawnym ich przygotowaniu organizacyjnym oraz właściwym przygotowaniu uczniów w różnym okresie nauki w szkole, można osiągnąć zdecydowanie więcej celów niż przeprowadzenie ewakuacji samej w sobie. Mam na uwadze cele zarówno formalno-operacyjne, wynikające z prawnego obowiązku przeprowadzania praktycznego sprawdzania warunków ewakuacji w obiektach szkolnych, jak i cele dydaktyczne, związane z kształtowaniem postaw, zdobywaniem wiedzy i umiejętności z zakresu właściwego i bezpiecznego postępowania w sytuacjach zagrożeń pożarowych. Pamiętać przy tym należy, że konieczność przeprowadzania ewakuacji nie musi być determinowana tylko przez zagrożenia pożarowe. Aby osiągnąć powyższe cele, muszą być spełnione dwa warunki:

- warunek pierwszy – personel nauczycielski musi posiadać wiedzę z zakresu właściwego postępowania w sytuacjach zagrożenia pożarowego (oraz innych zagrożeń) oraz wiedzę i umiejętności praktyczne z zakresu sprawnego i bezpiecznego przeprowadzenia ewakuacji uczniów, w tym umiejętności kontrolowania i panowania nad zachowaniami osób, którymi kierują i za których są odpowiedzialni;
- warunek drugi – uczniowie powinni być wyedukowani w zakresie podstawowych celów, dla których organizowane są praktyczne ćwiczenia ewakuacyjne, oraz świadomości korzyści, jakie mogą osiągnąć z tego tytułu, np. „sam umiem”, „potrafię pomóc innym”.

Jakie warunki muszą zostać spełnione, aby dobrze przygotować ćwiczenia ewakuacyjne i sprawnie oraz bezpiecznie je przeprowadzić? Przyjmijmy tutaj metodę kroków. Zostały one opisane poniżej.

Krok 1. Zarządzający placówką szkolną powinien powołać zespół ds. organizacji ćwiczeń, wyznaczyć koordynatora (kierownika) ćwiczeń i określić jego zakres obowiązków i kompetencji.

Krok 2. Koordynator uzgadnia z zarządzającym datę ćwiczeń i przedstawia do akceptacji plan organizacyjny i scenariusz przebiegu ćwiczeń ewakuacyjnych.

Plan organizacyjny ćwiczeń powinien zawierać takie elementy jak:

- datę ćwiczeń,
- pełną nazwę obiektu (obiektów) i zakres obejmujący ewakuację (ewakuacja całościowa lub częściowa, np. dotycząca jednego spośród większej liczby obiektów),
- skład członków zespołu ds. organizacji ćwiczeń, z przydziałem funkcji i zadań,

- określenie celów ćwiczeń,
- sposób prowadzenia monitorowania przebiegu ćwiczeń i wykaz elementów podlegających ocenie,
- przewidywana ilość osób do ewakuacji,
- czy będzie stosowana symulacja (pozoracja) zagrożenia pożarowego, np. z wykorzystaniem generatora dymu neutralnego, i kto będzie odpowiedzialny za pozorację – należy wyznaczyć osobę i określić dla niej zadania,
- planowany czas trwania ćwiczeń,
- wyznaczenie osoby – koordynatora odpowiedzialnego za bezpieczeństwo uczestników podczas ćwiczeń,
- określenie sposobu zabezpieczenia medycznego uczestników ćwiczeń (siły i środki do udzielenia natychmiastowej pierwszej pomocy),
- ujęcie w dokumencie osoby w roli obserwatora ćwiczeń (jeżeli jest przewidziana), np. pracownika lokalnego wydziału zarządzania kryzysowego lub przedstawiciela Państwowej Straży Pożarnej,
- zakres dokumentowania ćwiczeń (uwagi i wnioski oceniających ćwiczenia, sprawozdanie z przebiegu ćwiczeń itd.).

Scenariusz ćwiczeń powinien zawierać przebieg czynności od momentu ogłoszenia alarmu do momentu zakończenia ćwiczeń. Należy pamiętać o bardzo ważnej zasadzie, aby założenia w scenariuszu nie były rozbieżne z zasadami postępowania na wypadek pożaru i ewakuacji, ujętymi w instrukcji bezpieczeństwa pożarowego. Instrukcja taka musi być dokumentem dedykowanym konkretnemu obiektowi szkolnemu, tzn. uwzględniającym w każdym aspekcie nie tylko uwarunkowania techniczne, budowlane i pożarowe danego obiektu szkolnego, ale również, a nawet przede wszystkim, uwarunkowania w zakresie organizacji i zarządzania placówką oraz jej specyfikę, np. dotyczyć to może szkół integracyjnych, dla których konstruowanie procedur postępowania będzie się różnić od szkół „zwykłych”. Instrukcja nie może być dokumentem opracowanym wadliwie, ponieważ jest dokumentem, który musi zawierać procedury bezpieczeństwa w zakresie reakcji na zagrożenia i postępowania.

Scenariusz ćwiczeń powinien zawierać takie elementy jak:

- datę i godzinę rozpoczęcia ćwiczeń,
- sposób ogłoszenia alarmu,
- symulowany rozwój zagrożenia pożarowego i przebieg czynności przewidzianych w scenariuszu do wykonania przez osoby odpowiedzialne,
- przewidziane kierunki ewakuacji dla określonych klas uczniowskich,
- przebieg ćwiczeń w sekwencjach czasowych,
- zadania obserwatorów, koordynatora ćwiczeń oraz służb zewnętrznych (jeżeli są przewidziane),

- tryb zakończenia ćwiczeń i przywrócenia szkoły do „normalnego” funkcjonowania.

Krok 3. Zarządzający powiadamia pisemnie o planowanym terminie ćwiczeń właściwego terytorialnie komendanta Państwowej Straży Pożarnej. Powiadomienie powinno być dokonane z wyprzedzeniem co najmniej 7 dni przed planowanym terminem zadania.

Uwaga! Należy powiadamiać o planowanych ćwiczeniach ewakuacyjnych rodziców / opiekunów młodzieży szkolnej. Taka praktyka jest wskazana z uwagi na wiele czynników i nie ma żadnego racjonalnego uzasadnienia dla jej niestosowania. Ćwiczenia nie muszą być utajniane, a ich jawność nie wpływa w żaden sposób na osiąganie zamierzonych efektów. Powiadamianie o planowanych ćwiczeniach powoduje, że wszyscy czują się spokojniejsi, a organizatorzy ćwiczeń i dyrektor szkoły mogą koncentrować się na zadaniu, a nie na udzielaniu telefonicznie wyjaśnień zadowolonym rodzicom.

Krok 4. Koordynator przedstawia ogólne założenia do ćwiczeń, cele ćwiczeń oraz omawia aspekty bezpieczeństwa z kadrą nauczycielską na spotkaniu organizacyjnym.

Krok 5. W wariantach ćwiczeń, w których jest uzgodniony udział zastępu ratowniczego straży pożarnej, koordynator dokonuje właściwych uzgodnień organizacyjno-operacyjnych z przedstawicielem straży (ochotniczej lub państwowej).

Krok 6. Koordynator dokonuje weryfikacji i potwierdzenia przyjętych założeń do ćwiczeń oraz sprawdza przygotowanie obiektu i osób funkcyjnych do realizacji zadań bezpośrednio przed ćwiczeniami (w dniu poprzedzającym ćwiczenia).

Krok 7. Przeprowadzenie ćwiczeń zgodnie ze scenariuszem.

Krok 8. Sporządzenie dokumentacji powykonawczej z ćwiczeń i przedłożenie jej zarządzającemu placówką szkolną.

Krok 9. Zaprezentowanie sprawozdania z ćwiczeń kadrze nauczycielskiej w możliwie krótkim czasie po ćwiczeniach.

Jakie treści powinno zawierać sprawozdanie? Powinno uwzględniać co najmniej ocenę i wnioski w poniższych elementach ćwiczeń:

- stopień realizacji założonych celów ćwiczenia,
- ocenę bezpieczeństwa podczas ćwiczeń,
- alarmowanie służb ratowniczych,
- zgodność postępowania personelu nauczycielskiego i pozostałych pracowników szkoły z procedurami postępowania zawartymi w obowiązujących dokumentach,

- czas, w jakim została przeprowadzona ewakuacja (czas ewakuacji nie jest czynnikiem determinującym jej sprawność, stanowi jednak parametr odniesienia do określonego parametru, który powinien zostać określony w instrukcji bezpieczeństwa pożarowego pod nazwą „wymagany czas bezpiecznej ewakuacji” (WCBE dla konkretnego obiektu),
- umiejętność panowania nad grupą uczniów (klasą) przez ich opiekunów,
- zakres i sprawność współpracy kadry szkoły ze służbami ratowniczymi,
- znajomość obsługi praktycznej podręcznego sprzętu gaśniczego (jeżeli była sprawdzana).

Krok 10. Omówienie ćwiczeń oraz osiągniętych wyników z uczniami w poszczególnych klasach, ze szczególnym naciskiem na realizację celów i uzyskane osiągnięcia uczniów. Ten krok jest jednym z najważniejszych w całym procesie ćwiczeń praktycznych i nie wolno go pomijać.

### **Wzór powiadomienia o ćwiczeniach w zakresie praktycznego sprawdzenia organizacji oraz warunków ewakuacji**

Pieczczę nagłówkowa Instytucji

Miejscowość., dnia .....

Komenda Powiatowa/Miejska  
Państwowej Straży Pożarnej  
w ...(nazwa miejscowości)...

#### Zawiadomienie

Zgodnie z § 17 ust. 4 Rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów zawiadamiam, że dnia ..... o godzinie..... zostaną przeprowadzone ćwiczenia w ramach praktycznego sprawdzenia organizacji oraz warunków ewakuacji z obiektu szkoły (podać nazwę i dokładny adres szkoły).

Podpis właściciela, zarządcy  
lub użytkownika obiektu

## 9. Podsumowanie

Zapewnienie wysokiego poziomu bezpieczeństwa pożarowego w obiektach szkolnych nie musi stanowić dla zarządzających tymi placówkami zasadniczego problemu. Zadania w zakresie całościowej ochrony przeciwpożarowej są opisane w przepisach przeciwpożarowych w sposób wystarczający, aby sprawnie zorganizować i zarządzać tym obszarem bezpieczeństwa w placówce szkolnej. Punktem wyjścia do sprawności zarządzania w tym obszarze powinno być przeprowadzenie w każdej szkole oceny poziomu ochrony przeciwpożarowej. Ocena taka powinna wykazać zarówno zgodności, jak i niezgodności w zakresie realizacji postanowień przepisów przeciwpożarowych i stanowić będzie dobre narzędzie do wdrożenia ewentualnego programu naprawczego. Z uwagi na specyfikę instytucji, jaką jest szkoła, warto pokusić się nie tylko o zapewnienie wymogów formalnych w z zakresu bezpieczeństwa pożarowego w placówce szkolnej, ale zagwarantować również realizację zadań edukacyjnych w tym obszarze wśród uczniów. Zadania takie powinny stanowić atrakcyjną formę dla młodzieży szkolnej, zwłaszcza że można w tych działaniach wykorzystać atrakcyjność problematyki związanej z pożarnictwem i zawodem strażaka, który cały czas cieszy się w społeczeństwie bardzo wysokim poparciem. Wypracowanie optymalnego modelu w zakresie zarządzania nie tylko bezpieczeństwem pożarowym, ale bezpieczeństwem w ujęciu całościowym z pewnością stanowić będzie zarówno o komforcie pracy samych zarządzających i personelu dydaktycznego w szkołach, jak i o renomie placówki dydaktycznej. Takie wartości są w dzisiejszej rzeczywistości coraz bardziej doceniane.

### BIBLIOGRAFIA

- Rozporządzenie Ministra Infrastruktury z dnia 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz.U. 2002 nr 75 poz. 690)
- Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji z dnia 7 czerwca 2010 r. w sprawie ochrony przeciwpożarowej budynków, innych obiektów budowlanych i terenów (Dz. U. 2010 Nr 109, poz. 719).
- Ustawa z dnia 24 sierpnia 1991 roku o ochronie przeciwpożarowej (Dz. U. z 2016 r. poz. 198).
- Ustawa z dnia 26 czerwca 1974 r. Kodeks pracy (Dz. U. 1974 Nr 24, poz. 141 ze zm.).
- Ustawa z dnia 7 lipca 1994 r. – Prawo budowlane (Dz. U. 1994 Nr 89, poz. 414 ze zm.).

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Uwaga pożar!

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Zapoznanie uczniów z procedurami dotyczącymi ewakuacji w szkole w sytuacji wystąpienia pożaru.

### 4. Cele szczegółowe:

- Zapoznanie uczniów z przyczynami oraz skutkami pożarów.
- Wdrożenie zasad dotyczących alarmowania straży pożarnej.
- Kształtowanie wiedzy na temat oznakowania drogi ewakuacyjnej oraz zasad bezpiecznej ewakuacji.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Przyczyny powstawania pożarów, składowe potrzebne do wystąpienia pożaru, rodzaje pożarów.
- Zasady dotyczące wzywania straży pożarnej, elementy poprawnego zgłoszenia telefonicznego.
- Oznakowanie drogi ewakuacyjnej w szkole.
- Zasady bezpiecznej ewakuacji, rola szybkiego reagowania oraz podporządkowania się instrukcjom osoby przeprowadzającej ewakuację.
- Panika - jako element zagrażający bezpiecznej ewakuacji.
- Miejsce zbiórki podczas pożaru.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, prezentacja multimedialna, wykład konwersatoryjny, instruktaż, wypowiedź ustna,
- Metody problemowe: dyskusja, metoda Osborna, meta plan, diamentowy ranking,
- Metody ćwiczeniowe: drama, gra symulacyjna.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Laptop,
- Rzutnik,

- Płyta z filmem,
- Małe kartki papieru,
- Kolorowe pisaki,
- Tablica, pisaki,
- Tablice ze znakami drogi ewakuacyjnej.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Powitanie z uczniami, wprowadzenie dobrej atmosfery do zajęć
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów oraz krótko wprowadza w temat zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem, słuchają informacji związanej z tematyką zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoliki pod ścianą tworzą przyszłe miejsca do pracy w grupach

Treści kształcenia	Przyczyny powstawania pożarów
Metody realizacji	Metoda Osborna, „słoneczko”, wypoedzi ustne
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Małe kartki papieru, kolorowe pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5-osobowe zespoły, rozdaje małe kartki oraz kolorowe pisaki. Każdy zespół ma opracować listę pomysłów: co może być przyczyną pożaru w szkole, każda grupa prezentuje swoje pomysły
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na zespoły i opracowują listę pomysłów przyczyn pożaru w szkole. Wszystkie propozycje zostają zapisane na kartkach, po zakończonej pracy każda grupa wspólnie prezentuje swoją pracę
Uwagi realizacyjne	Stoliki ustawione pod ścianą tworzą stanowiska robocze

Treści kształcenia	Przyczyny powstawania pożarów, składowe potrzebne do wystąpienia pożaru, rodzaje pożarów, oznakowanie drogi ewakuacyjnej
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna połączona z mini wykładem konwersatoryjnym
Czas trwania	10 minut

Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wspierając się prezentacją multimedialną prezentuje uczniom rodzaje pożarów, składowe potrzebne do wybuchu pożaru oraz oznakowanie drogi ewakuacyjnej
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają prezentacji nauczyciela, zapoznają się z niezbędną wiedzą dotyczącą rodzajów pożarów oraz znaków drogi ewakuacyjnej
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, tak aby każdy uczeń mógł swobodnie oglądać prezentację

Treści kształcenia	Zasady dotyczące wzywania straży pożarnej, elementy poprawnego zgłoszenia telefonicznego
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, instruktaż
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Płyta z filmem, laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel odtwarza krótki filmik instruktażowy ukazujący sposób wzywania straży pożarnej, poszczególne etapy rozmowy telefonicznej oraz informacje, jakie taka rozmowa powinna zawierać
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają film prezentowany przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Zasady bezpiecznej ewakuacji, rola szybkiego reagowania oraz podporządkowania się instrukcjom osoby przeprowadzającej ewakuację
Metody realizacji	Metoda Osborna, gra symulacyjna oraz drama
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Tablice z oznakowaniem drogi ewakuacyjnej
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozwiesza w klasie tablice z oznakowaniem drogi ewakuacyjnej i miejsca zbiórki oraz prosi uczniów o przygotowanie w zespołach symulacji zachowania się w czasie pożaru w szkole z podziałem na role: osoba wzywająca straż pożarną, osoba kierująca akcją ratowniczą, uczestnicy akcji. Następnie prosi aby każde zespoły odegrały mini-scenkę ukazującą poprawną procedurę zachowania się uczniów w czasie pożaru.
Czynności uczestników	Uczniowie w grupach dzielą się zadaniami i rolami, opracowują scenkę do odegrania. Następnie każdy zespół prezentuje swoją scenkę, podczas gdy reszta klasy przygląda się im uważnie



Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą tworzą stanowiska robocze. Środek klasy pusty – miejsce na odegranie scenek
--------------------	--

Treści kształcenia	Wspólne ustalenie zasad bezpiecznej ewakuacji, przedstawienie istoty szybkiego reagowania oraz podporządkowania się instrukcjom osoby przeprowadzającej ewakuację. Panika – jako element zagrażający bezpiecznej ewakuacji. Miejsce zbiórki
Metody realizacji	Dyskusja, metaplan
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zaprasza uczniów do dyskusji: co jest najbardziej istotne w czasie akcji ratowniczej, na co trzeba zwrócić uwagę, jakie są odczucia uczniów związane z wykonanym zadaniem. Wszystkie pomysły zostają zapisane na tablicy
Czynności uczestników	Uczniowie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Procedury postępowania w czasie pożaru
Metody realizacji	Diamentowy ranking
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi uczniów o uszeregowanie czynności związanych z wzywaniem pomocy i ewakuacją. W ten sposób stworzony zostaje spis procedur i czynności na okoliczność pożaru w szkole
Czynności uczestników	Uczniowie wspólnie tworzą zestaw procedur i czynności na okoliczność pożaru w szkole
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Próbna ewakuacja jako element nabywania umiejętności właściwego sposobu zachowania się podczas wystąpienia pożaru w szkole
Metody realizacji	Wypowiedź ustna

Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel informuje, iż za tydzień w szkole zostanie zorganizowana próbna akcja ewakuacyjna, w której wezmą udział wszyscy uczniowie oraz pracownicy szkoły
Czynności uczestników	Uczniowie siedząc w kole słuchają informacji podawanych przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Podsumowanie zdobytej wiedzy
Metody realizacji	Praca pisemna
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Test wiedzy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel na zakończenie rozdaje uczniom do wypełnienia krótki test wiedzy zdobytej na zajęciach.
Czynności uczestników	Uczniowie wypełniają test wiedzy z odbytych zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Docenienie pracy uczniów
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje uczniom za zaangażowanie w zajęciach oraz żegna się z nimi
Czynności uczestników	Uczniowie dziękują za zajęcia i żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- test wiedzy,
- próbna ewakuacja.

Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## BEZPIECZEŃSTWO ORGANIZACJI WYCIECZEK SZKOLNYCH

Wycieczki szkolne są jednym ze stałych elementów procesu edukacyjnego, na trwałe wpisanym w kalendarz roku szkolnego. Często oczekiwane przez uczniów wywołują jednak dreszcz niepokoju u nauczycieli i dyrektorów szkół, gdyż ich organizacja stanowi nie lada wyzwanie logistyczne, ale przede wszystkim wiąże się z ogromną odpowiedzialnością formalnoprawną, dlatego wiele szkół zleca kompleksową organizację wycieczek szkolnych wyspecjalizowanym firmom oraz biurom podróży.

W niniejszym artykule przedstawiono wybrane zagadnienia związane z bezpiecznym organizowaniem wycieczek szkolnych. Artykuł wzbogacono o przykładowe dokumenty niezbędne przy organizacji wycieczek szkolnych (wzory regulaminów, oświadczeń, dokumentów, rejestrów, rozliczenia) oraz wykaz aktów prawnych regulujących organizowanie wycieczek szkolnych.

### Turystyka szkolna

Turystyka szkolna jako szczególny rodzaj turystyki posiada specyficzne zasady, uwarunkowania i definicje. Część nomenklatury brzmiąca tak samo w przypadku innych typów turystyki w turystyce szkolnej może nabrać już zupełnie innego znaczenia, np. wycieczka. Pojawiają się też inne słowa, które używa się tylko w odniesieniu do turystyki dzieci i młodzieży, jak np. organizator wypoczynku dzieci i młodzieży.

Samo określenie „turystyka szkolna” w połączeniu z krajoznawstwem znane było już w Polsce w XVIII wieku. Pozytywne znaczenie turystyki dla kształcenia i wychowania dzieci i młodzieży zauważyła Komisja Edukacji Narodowej (KEN) i od tamtego czasu, do teraz włącznie, obecność tej formy rekreacji w szkolnictwie jest normą. Turystyka nie tylko pomaga w realizacji planu nauczania, ale także kształtuje umiejętności oraz cechy osobowości dzieci i młodzieży szkol-

nej<sup>1</sup>. Organizacja turystyki szkolnej to zadanie bardzo odpowiedzialne, ale dające wielkie możliwości i satysfakcję, zarówno dla organizatora, jak i uczestników. Istnieje wiele uwarunkowań prawnych regulujących realizację turystyki szkolnej. Początkującego nauczyciela ogrom dokumentacji i przepisów może zniechęcić, ale wyznaczenie zasad i uwarunkowanie ich prawem jest niezbędne przy organizacji wycieczek dla dzieci i młodzieży. Wbrew pozorom tworzenie dokumentacji i działanie zgodnie z wyznaczonymi ogólnie procedurami może pomóc nauczycielowi, w tym przypadku kierownikowi bądź opiekunowi wycieczki.

### Wycieczka

Powszechną formą działalności turystycznej w szkołach jest wycieczka. Jest to pojęcie szeroko rozumiane i różnie definiowane. Najprostsza definicja brzmi: „Wycieczka to każde zorganizowane i celowe wyjście z codziennego otoczenia”<sup>2</sup>. Ustawa o usługach turystycznych określa wycieczkę jako imprezę turystyczną, której program obejmuje zmianę miejsca pobytu jej uczestników<sup>3</sup>. W odniesieniu do turystyki szkolnej wycieczkę należy rozumieć jako: „każde zorganizowane wyjście dzieci poza teren szkoły, odbywające się najczęściej przy wykorzystaniu środków komunikacji publicznej oraz środków i sprzętu przemieszczania się w terenie (pieszo, narty, rower, kajak itp.)”<sup>4</sup>. Podczas takiego wyjścia realizuje się różne cele, m.in. poznawcze, wychowawcze czy zdrowotno-rekreacyjne. Wycieczka jest bardzo atrakcyjną formą pracy pozalekcyjnej nauczyciela z uczniami. Dobrze przygotowana i zrealizowana przy pomocy odpowiednio dobranych metod, środków i treści przyniesie nie tylko korzyści dydaktyczne, ale również wychowawcze, pozwoli bowiem na zacieśnienie więzi między uczniami, ale także opiekunem i uczniami. Pozytywne wrażenia uczniów z wycieczki szkolnej są bardzo pomocne w realizacji procesu dydaktyczno-wychowawczego w szkole.

### Organizator wypoczynku dzieci i młodzieży

Organizacja wypoczynku dzieci i młodzieży to nie lada wyzwanie. Podstawą jest dobrze wykwalifikowana obsługa, czyli kadra pedagogiczna. Działalność turystyczna na terenie szkoły prowadzona jest na podstawie Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 8 listopada 2001 r. w sprawie warunków

<sup>1</sup> ZIÓLKOWSKI P., *Poradnik dla organizatora, kierownika i wychowawcy placówki wypoczynku dzieci i młodzieży oraz kierownika wycieczki szkolnej*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2015, s. 171–174.

<sup>2</sup> CZAJKOWSKA Z., CZAJKOWSKI S., KRAWCZYK M., *Wycieczka uczy i wychowuje*, Warszawa, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1964.

<sup>3</sup> Ustawa z dnia 29 sierpnia 1997 o usługach turystycznych (Dz.U. z 2004 r. Nr 223, poz. 2268).

<sup>4</sup> BŁAŻEJCZYK G., *Wycieczki w procesie dydaktyczno-wychowawczym*, Ciechanów, Lider, 2012.

i sposobu organizowania przez szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki. Rozporządzenie to pozwala – na podstawie określonych przepisów – organizować przedszkolom, szkołom i placówkom wychowawczym różnorodne formy turystyki i krajoznawstwa w ramach zajęć lekcyjnych, pozalekcyjnych oraz pozaszkolnych<sup>5</sup>. Organizatorem wycieczki jest w myśl tych przepisów dyrektor przedszkola, szkoły bądź placówki wychowawczej. To on wyznacza kierownika wycieczki bądź imprezy spośród pracowników swojej placówki posiadających odpowiednie kwalifikacje do realizacji określonych form turystyki i krajoznawstwa<sup>6</sup>. Zgodnie ze wspomnianym powyżej rozporządzeniem przedszkola, szkoły i inne placówki oświatowe mogą przy organizacji imprez turystycznych dla dzieci i młodzieży współpracować również:

- ze stowarzyszeniami (jeśli ich działalność ma charakter non profit),
- z organizacjami pożytku publicznego (na przykład fundacjami),
- z podmiotami gospodarczymi – przedsiębiorcami.

Rozporządzenie pozwala więc na organizowanie imprez turystycznych w placówkach oświatowych nie tylko dyrektorom tych placówek (oczywiście na zasadach non profit), stowarzyszeniom i organizacjom pożytku publicznego (również na zasadach niekomercyjnych), ale także nauczycielom, jeśli posiadają oni zarejestrowaną działalność gospodarczą i wpis do rejestru organizatorów turystyki i pośredników turystycznych. Dyrekcja placówki oświatowej może również zlecić organizację imprezy turystycznej dla swoich uczniów organizatorowi posiadającemu wpis do rejestru organizatorów i pośredników turystycznych. W przypadku zlecenia organizacji wycieczki dzieci i młodzieży innemu podmiotowi należy jednak zwrócić uwagę na doświadczenie tej jednostki w turystyce szkolnej oraz fakt, iż uczestnikami takiej imprezy mogą być wyłącznie uczniowie i pracownicy placówki zamawiającej imprezę<sup>7</sup>.

Organizacja różnych form turystyki i krajoznawstwa jako ważny i naturalny element działalności dydaktyczno-wychowawczej ma na celu między innymi<sup>8</sup>:

- poznawanie kraju, w którym się mieszka (środowiska przyrodniczego, tradycji, zabytków),
- poznawanie kultury i przyrody innych państw (najczęściej podczas wycieczek zagranicznych),
- wzbogacenie wiedzy z zakresu różnych dziedzin życia społecznego,

<sup>5</sup> KASPRZAK M., *Wyjazdy i podróże służbowe nauczycieli*, „Poradnik Oświatowy”, 2014, nr 5, s. 1.

<sup>6</sup> Tamże, s. 11.

<sup>7</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., *Kodeks dobrych praktyk przy organizacji turystyki szkolnej. Poradnik dla dyrektorów placówek oświatowych, biur podróży oraz rodziców*, Łódź, Łódzki Oddział Polskiej Izby Turystyki, 2012, s. 21–22.

<sup>8</sup> KASPRZAK M., op. cit., s. 5.

- wspomaganie procesu wychowania,
- upowszechnienie form aktywnego wypoczynku.

Organizacja i program szkolnych wycieczek i imprez turystycznych powinien być dostosowany do wieku, zainteresowań i potrzeb uczniów, a także do ich stanu zdrowia, sprawności fizycznej oraz stopnia przygotowania i umiejętności specjalistycznych<sup>9</sup>.

### **Kierownik i opiekun szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej**

Jak już wspomniano, dyrektor szkoły wyznacza kierowników i opiekunów szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej, których liczba uzależniona jest od wieku i liczby uczestników, miejsca imprezy i rodzaju środka lokomocji. Musi przy tym zwrócić również uwagę na doświadczenie i umiejętności pedagogiczne kadry oraz stopień zdyscyplinowania grupy<sup>10</sup>.

Kierownik wycieczki bądź innej szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej jest osobą, na której ciąży obowiązek zaplanowania imprezy oraz zapewnienia jej prawidłowej realizacji. To on musi opracować program, harmonogram i regulamin wycieczki lub imprezy, zapewnić warunki do pełnej realizacji programu imprezy, zapoznać uczestników imprezy z programem, regulaminami i zasadami bezpieczeństwa, określić zadania opiekuna, zorganizować pełną opiekę i zaopatrzenie dla uczestników, a także zorganizować transport, wyżywienie i noclegi. Jest także odpowiedzialny za wszelkie kwestie finansowe związane z imprezą i musi dokonać podsumowania, oceny i rozliczenia finansowego imprezy po jej zakończeniu<sup>11</sup>.

Kierownikiem szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej może być nauczyciel, pracownik pedagogiczny szkoły o kwalifikacjach odpowiednich do realizacji określonych form krajoznawstwa i turystyki, a także pełnoletni instruktor harcerski bądź inna osoba pełnoletnia, która ukończyła kurs kierowników wycieczek, posiadająca uprawnienia przewodnika turystycznego, pilota wycieczek czy przewodnika lub instruktora turystyki kwalifikowanej, przy czym musi ona uzyskać zgodę dyrektora placówki oświatowej<sup>12</sup>.

---

<sup>9</sup> *Poradnik dla organizatorów wycieczek i zielonych szkół*, <https://wtir.awf.krakow.pl/.../tdm-poradnik-dla-organizatorow-wycieczek-i-zielonych-szkol/> [17.10.2016].

<sup>10</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., op. cit., s. 11–12.

<sup>11</sup> KASPRZAK M., op. cit., s. 12–13.

<sup>12</sup> *Organizacja wycieczek/imprez szkolnych*, <https://www.kuratorium.wroclaw.pl/okno/1305.doc> [17.10.2016].

Opiekunowie szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej to natomiast osoby, które mają przede wszystkim zadbać o bezpieczeństwo uczestników. Muszą oni współdziałać z kierownikiem w zakresie realizacji programu wycieczki lub imprezy, wykonywać zadania zlecone przez kierownika oraz sprawować nadzór nad wykonywaniem zadań przez uczestników. Liczba opiekunów podczas szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej, jak już wspomniano, jest uzależniona od kilku warunków, z których najważniejszym jest liczba uczestników. Z uwagi na różne okoliczności nie zawsze możliwe jest zapewnienie opieki w osobach pedagogów. W tych szczególnych przypadkach rolę opiekuna podczas szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej może pełnić pracownik niepedagogiczny szkoły lub inne osoby, na przykład rodzice dzieci, oczywiście po uzyskaniu zgody dyrektora szkoły<sup>13</sup>.

Upraszczając stosowaną w powyższym rozdziale terminologię dotyczącą funkcji pełnionych podczas przygotowania i realizacji szkolnej imprezy, można stwierdzić, że organizator szkolnej imprezy (szkoła) to zlecający i „firmujący nazwą” wycieczkę; kierownik to osoba koordynująca przygotowania i realizację imprezy i mająca największą odpowiedzialność za opiekę nad uczestnikami imprezy; natomiast opiekun wycieczki to wykonawca, pomocnik kierownika w opiece nad uczestnikami imprezy i ewentualnie drobnych sprawach związanych z przygotowaniem bądź realizacją szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej.

### **Uwarunkowania prawne organizacji wycieczek w szkole**

Organizacja każdej imprezy turystycznej podlega uwarunkowaniom prawnym. Nie inaczej jest w przypadku organizacji szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej. Istnieje szereg dokumentów prawnych regulujących organizację szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych. Mnogość przepisów i duża odpowiedzialność nakładana na organizatorów wypoczynku dzieci i młodzieży odstrasza część pedagogów i rezygnują oni z kształcenia i wychowania swoich uczniów poprzez tę formę dydaktyczno-wychowawczą. Jednakże uwarunkowania prawne w przypadku organizacji imprez dla dzieci i młodzieży są niezbędne.

Regulacje dotyczące organizacji wszystkich imprez turystycznych zawiera Ustawa o usługach turystycznych z dnia 29 sierpnia 1997 roku z późniejszymi poprawkami. Jest to kluczowy dokument, na którym opierają się również przepisy dotyczące organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 8 listopada 2001 roku w sprawie warunków i sposobu organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i pla-

---

<sup>13</sup> KASPRZAK M., op. cit., s. 38–39.

cówki krajoznawstwa i turystyki, wraz z nowelizacją z 28 sierpnia 2014 roku, odnosi się już stricte do organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych. Daje ono placówkom oświatowym możliwość organizacji turystyki samodzielnie, ale także we współpracy z innymi podmiotami, których działalność związana jest z krajoznawstwem i turystyką. Wspomniane rozporządzenie określa warunki organizowania turystyki i krajoznawstwa przez szkoły, przedszkola i inne placówki oświatowe, stwarza podział turystyki szkolnej czy stawia cele, które powinny być osiągnięte przez stosowanie tej formy dydaktyczno-wychowawczej.

Obowiązkiem dyrektora szkoły jest opracowanie regulaminu określającego zasady organizacji szkolnych wycieczek / imprez przy uwzględnieniu Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 8 listopada 2001 roku w sprawie warunków i sposobu organizowania przez publiczne przedszkola, szkoły i placówki krajoznawstwa i turystyki (Dz. U. Nr 135, poz. 1516), a także zgodnie z przepisami zawartymi w następujących aktach prawnych<sup>14</sup>:

- Ustawa z dnia 18 stycznia 1996 roku o kulturze fizycznej (Dz. U. z 2001 r. Nr 81, poz. 889 ze zmianami),
- Ustawa z dnia 20 czerwca 1997 roku – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2005 r. Nr 108, poz. 908 ze zmianami),
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 6 maja 1997 roku w sprawie warunków bezpieczeństwa osób przebywających w górach, pływających, kąpiących się i uprawiających sporty wodne (Dz. U. z 1997 r. Nr 57, poz. 358),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 roku w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 69).

Tak stworzony regulamin musi być na bieżąco nowelizowany przez dyrektora.

Istnieje jeszcze wiele innych aktów prawnych, których przepisy mają zastosowanie w organizacji imprez w ramach szkolnych form turystyki i krajoznawstwa. Są to oprócz wyżej wymienionych między innymi<sup>15</sup>:

- Ustawa z dnia 7 września 1991 roku o systemie oświaty (Dz. U. z 1991 r. Nr 95, poz. 425),
- Ustawa z dnia 25 czerwca 2010 roku o sporcie (Dz. U. z 2010 r. Nr 127, poz. 857),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 21 stycznia 1997 roku w sprawie warunków, jakie muszą spełnić organizatorzy wycieczek dla dzieci i młodzieży szkolnej, a także zasad jego organizowania i nadzorowania (Dz. U. z 1997 r. Nr 12, poz. 67),

<sup>14</sup> *Organizacja wycieczek/imprez szkolnych, op. cit.*

<sup>15</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., *op. cit.*, s. 5–6.



- Konwencja o prawach dziecka, przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych dnia 20 listopada 1989 r. (Dz. U. z 1991 r. Nr 120, poz. 526),
- Dyrektywa Rady z dnia 13 czerwca 1990 r., w sprawie zorganizowanych podróży, wakacji i wycieczek (90/314 EWG),
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 12 września 2001 roku w sprawie szczegółowych zasad i warunków działalności w dziedzinie rekreacji ruchowej (Dz. U. z 2001 r. Nr 101, poz. 1095).

### **Dokumentacja wycieczki szkolnej**

Organizacja szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej wymaga stworzenia obszernej dokumentacji. Jest to istotne z uwagi na zachowanie wszelkich przepisów i zapewnienie jak największego poziomu bezpieczeństwa uczestników. Szereg dokumentów i oświadczeń reguluje też odpowiedzialność obsługi imprezy (kierowników i opiekunów), a także jej uczestników. Wśród najważniejszych dokumentów niezbędnych przy organizacji imprezy krajowej znajdują się<sup>16</sup>:

- karta wycieczki, program i harmonogram zatwierdzony przez dyrektora szkoły,
- oświadczenia opiekunów i kierownika wycieczki,
- lista uczestników podpisana przez dyrektora szkoły,
- kalkulacja planowanych kosztów imprezy (preliminarz),
- zgody rodziców / prawnych opiekunów, w przypadku gdy uczniowie są niepełnoletni,
- potwierdzenie, iż uczniowie zostali ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków (NNW),
- regulamin imprezy opracowany przez kierownika (uczestnicy muszą się z nim zapoznać przed rozpoczęciem imprezy),
- umowy pomiędzy dyrektorem szkoły a podmiotem zapewniającym zakwaterowanie, wyżywienie, realizację niektórych punktów programu, opiekę medyczną czy transport,
- sprawozdanie merytoryczne (potwierdzające realizację programu wyjazdu),
- sprawozdanie finansowe (rozliczenie kosztów przejazdu, zakwaterowania, wyżywienia, wydatki programowe),
- zadania wyznaczone dla opiekunów wycieczek.

Przy organizacji wycieczek zagranicznych dokumentacja jest rozszerzona.

---

16 Ibidem, s. 15–16.

### **Pozostałe wymagania dotyczące organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych**

Przy organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych, oprócz przygotowania stosownych dokumentacji, należy pamiętać także o innych zasadach, wynikających z różnych regulaminów bądź „kodeksu dobrych praktyk”.

O organizacji wycieczki zagranicznej organizator (dyrektor placówki oświatowej) musi zawiadomić organ nadzoru pedagogicznego oraz organ prowadzący placówkę. W przypadku imprez krajowych dyrektor ma obowiązek nadzoru nad realizacją imprez oraz dopełnieniem wszelkich formalności i zasad bezpieczeństwa.

Uczestnicy imprezy muszą być ubezpieczeni od następstw nieszczęśliwych wypadków oraz kosztów leczenia (KL w przypadku wycieczek zagranicznych). W przypadku gdy dojdzie do jakiegoś wypadku podczas imprezy, kierownik i opiekunowie powinni stosować się do przepisów postępowania podczas wypadków w szkołach i placówkach oświatowych. Jeśli uczniowie biorący udział w szkolnej imprezie turystyczno-krajoznawczej są niepełnoletni, to kierownik musi mieć pisemną zgodę ich prawnych opiekunów na ich uczestnictwo w imprezie, a w przypadku jakichkolwiek wypadków, kontaktu z lekarzem czy podawania leków uczestnikowi – musi powiadomić jego prawnych opiekunów<sup>17</sup>.

Kierownik imprezy turystyczno-krajoznawczej przed podróżą musi sprawdzić wszystkie dokumenty, dowiedzieć się o wszelkich chorobach uczestników i przygotować się, aby przeciwdziałać ich objawom podczas imprezy. Musi zadbać o wszelkie względy bezpieczeństwa, zapakować apteczkę, poinformować uczestników o miejscu znajdowania się apteczki, gaśnicy, wyjść ewakuacyjnych itd.

W przypadku wycieczki autokarowej kierownik zobowiązany jest również przekazać na dwa tygodnie przed wycieczką pisemną informację do Komendy Rejonowej Policji z określeniem miejsca, daty i godziny podstawienia autokaru, by Policja mogła sprawdzić stan techniczny pojazdu<sup>18</sup>. Przy planowaniu wycieczki autokarowej należy uwzględnić zasady organizacji czasu pracy kierowców i kwestii bezpieczeństwa podczas podróży tym środkiem transportu.

Z uwagi na różne rodzaje szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych przygotowanie takiej imprezy może wyglądać rozmaicie. Oprócz podstawowych zasad dotyczących organizacji wszystkich szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych każdy rodzaj wycieczki ma dodatkowe uwarunkowania, które należy wziąć pod uwagę podczas przygotowania i realizacji imprezy. Są to między innymi

---

<sup>17</sup> ZIÓLKOWSKI P., op. cit., s. 216–217.

<sup>18</sup> Ibidem, s. 219.

mi zasady bezpieczeństwa (inne podczas wycieczki po mieście, a inne podczas wyprawy w góry), przygotowanie sprzętu, przygotowanie odpowiedniej odzieży i obuwia itp.

### **Rodzaje szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych**

Szkolne imprezy turystyczno-krajoznawcze utożsamia się zazwyczaj z wycieczką szkolną. Jest ona co prawda podstawową i najczęściej stosowaną formą turystyki szkolnej, ale nie jedyną. Oprócz niej szkoła w ramach działalności turystyczno-krajoznawczej może organizować<sup>19</sup>:

- biwaki,
- konkursy i turnieje (na przykład gry miejskie),
- imprezy turystyki kwalifikowanej (na przykład rajdy rowerowe, spływy kajakowe),
- obozy wędrownie,
- imprezy wyjazdowe (na przykład tzw. zielone szkoły),
- imprezy i wycieczki zagraniczne.

Same wycieczki szkolne w działalności szkolnej dzieli się na przedmiotowe i krajoznawczo-turystyczne. Wycieczka przedmiotowa to taka, która jest inicjowana i organizowana przez nauczyciela danego przedmiotu, najczęściej w celu uzupełnienia programu nauczania tegoż przedmiotu lub przedmiotów pokrewnych. Natomiast wycieczka krajoznawczo-turystyczna nie jest ściśle związana z realizacją programu nauczania (choćbyż pożądanym jest, aby posiadała walory dydaktyczne) oraz nie wymaga szczególnego przygotowania kondycyjnego. Jej głównym celem jest integracja danej grupy wychowanków<sup>20</sup>.

W zależności od przyjętych kryteriów można wymieniać wiele rodzajów różnorodnych wycieczek szkolnych. Jednym z nich jest sposób organizacji. Wówczas wyróżnia się 4 rodzaje wycieczek:

- krajoznawczo-turystyczne (główny cel to rekreacja przy uwzględnieniu celów poznawczych),
- wycieczki-lekcje (tak zwane lekcje w terenie, trwające 1–2 godziny w najbliższym sąsiedztwie szkoły),
- wycieczki krajoznawcze (organizowane dla potrzeb dydaktyczno-wychowawczych, całodniowe),

---

<sup>19</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., op. cit., s. 7.

<sup>20</sup> Ibidem, s. 6.

- wycieczki przedmiotowe (czyli wycieczki programowe lub zintegrowane, kilkugodzinne).

Stosuje się również podział wycieczek szkolnych w oparciu o<sup>21</sup>:

- kryterium środka transportu (wycieczki piesze, autobusowe, rowerowe, kolejowe itd.),
- kryterium zasięgu terytorialnego (wycieczki krajowe i zagraniczne),
- kryterium sposobu uprawiania turystyki (imprezy popularne i kwalifikowane),
- kryterium miejsca odbywania się wyjazdu (na przykład wycieczki miejskie, terenowe, górskie),
- kryterium czasu i odległości od miejsca zamieszkania uczestników wycieczki (wycieczki bliższe i dalsze),
- kryterium walorów poznawczych wędrowania (na przykład historyczne, etnograficzne, plastyczne, polonistyczne),
- kryterium celu wycieczki (na przykład środowiskowe, przyrodnicze, rozwijające umiejętności, przygodowo-integracyjne, wypoczynkowo-rekreacyjne).

W odczuciu autorki niniejszego artykułu kwestie podziału i nazewnictwa szkolnych imprez turystycznych nie mają aż tak wielkiego znaczenia. Najważniejsze jest, aby imprezy te spełniały swoje podstawowe cele dydaktyczno-wychowawcze i przynosiły pozytywne skutki.

### **Skutki pozytywne i negatywne organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych**

Jak już wspomiano, turystyka i krajoznawstwo mają bardzo duże znaczenie dla szkolnictwa. Ich formy są doskonałym narzędziem do osiągnięcia wielu celów wychowawczych i dydaktycznych określanych podstawą programową. Ponadto są źródłem odkrywczych obserwacji, różnorodnych doznań poznawczych, których nie doświadczy się za pomocą nawet najnowszych nośników multimedialnych czy wzorcowo przygotowanej lekcji w sali<sup>22</sup>.

Nie sposób jest wymienić wszystkich pozytywnych skutków organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych. Można podzielić je na skutki dla organizatorów i uczestników. Taki podział z ujęciem wybranych skutków pozytywnych turystyki i krajoznawstwa w szkolnictwie prezentuje Tabela 1.

---

<sup>21</sup> ZIÓŁKOWSKI P., op. cit., s. 200–203.

<sup>22</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., op. cit., s. 9.

Tabela 1. Pozytywne skutki organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych dla uczestników i organizatorów

Dla uczestników	Dla organizatorów
możliwość zdobycia wielu umiejętności przydatnych w codziennym życiu bądź rozbudzających pasje (na przykład organizacyjne, lingwistyczne, komunikacyjne, gotowania, pływania kajakiem itd.)	realizacja celów dydaktyczno-wychowawczych poprzez między innymi zwiększenie aktywności wychowanków, zainteresowania przedmiotem / nauką, wzbudzenie zainteresowania otaczającym środowiskiem, kształtowania naukowego poglądu na świat, nauka chłonięcia wiedzy za pomocą różnych zmysłów, wzbudzenie szacunku do otoczenia
poznanie tradycji, kultury dawnej i współczesnej, polskiej i innych krajów	okazja do poznania swoich uczniów
poznanie różnorodnych form ukształtowania terenu, fauny i flory, zabytków, historii odwiedzanych miejsc i eksponatów	wzbudzenie większego zaufania uczniów do szkoły, zaprzeczenie stereotypowi, że szkoła to tylko przykry, narzucony obowiązek
rozbudzenie chęci poszerzania zdobytej podczas wycieczki wiedzy i doświadczeń	możliwość wypracowania pożądanych metod komunikacji z każdym z uczestników i z całą grupą również
kształtowanie osobowości, możliwość poznania swoich zachowań i reakcji w różnych okolicznościach, miejscach, z różnymi ludźmi	dla nauczyciela odmiana od nauki w szkole, zmiana środowiska wpływająca po części na regenerację sił (nie można jednak za bardzo się rozluźnić ponieważ jest się odpowiedzialnym za swoich podopiecznych)
możliwość poznania nowych ludzi, nawiązywania więzi, przyjaźni	możliwość obserwacji swoich podopiecznych, ich rozwoju, problemów, umiejętności
okazja do usamodzielnienia się, nabycie umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów	okazja do nauczania swoich wychowanków dostrzegania zjawisk, nauki pojęć, umiejętności spostrzegania, wyobrażeń, odkrywania związków między procesami a zjawiskami
nauka form spędzania wolnego czasu, wyrabianie nawyków pożytecznego spędzania wolnego czasu	pomoc przy realizacji programu nauczania, łączenie teorii z praktyką
rozwój fizyczno-motoryczny	urozmaicenie programu nauczania
regeneracja sił fizycznych, duchowych i psychicznych	możliwość gromadzenia pomocy dydaktycznych i zbieranie pomysłów na wzbogacenie, „odświeżenie” programu nauczania
	możliwość wytworzenia więzi i przyjaznej atmosfery z uczniami

Źródło: opracowanie własne na podstawie: BŁAŻEJCZYK G., *Wycieczki w procesie dydaktyczno-wychowawczym*, Ciechanów, Lider, 2012, s. 2–7; JURA D., KARWAT M., WILK K., *Kodeks dobrych praktyk przy organizacji turystyki szkolnej. Poradnik dla dyrektorów placówek oświatowych, biur podróży oraz rodziców*, Łódź, Łódzki Oddział Polskiej Izby Turystyki, 2012, s. 3–4.

Z założenia szkolne imprezy turystyczno-krajoznawcze mają przynosić same korzyści. Jednak przy nieumiejętnej organizacji, zaniechaniach i braku pozytywnego nastawienia do imprezy uczestników, a przede wszystkim organizatorów, ta forma dydaktyczno-wychowawcza może przynieść negatywne skutki. Przyczyną często jest brak umiejętności i wiadomości organizatorów szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej odnośnie turystyki i kierowania wycieczkami grupy uczniów. W połączeniu z brakiem chęci i dużą odpowiedzialnością nakładaną na organizatorów wypoczynku dzieci i młodzieży, wysokimi kosztami, przeładowanym programem nauczania, dużym obciążeniem nauczycieli pracą pozalekcyjną, koniecznością włożenia dużego wysiłku w przygotowania i poprowadzenie imprezy oraz nierzadko brakiem pomocy szkoły w realizację imprezy organizacja szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej nie przebiega prawidłowo i nie spełnia swoich celów. Uczestnicy imprezy „czując wolność”, mogą skutecznie uprzykrzać zadania kierownikom i opiekunom imprezy. Brak dyscypliny uczestników to duży i częsty problem, z którym organizatorzy imprez turystycznych muszą się zmagać. Dla organizatorów to duży stres, bowiem wszelkie wypadki, problemy z uczestnikami obciążają organizatora. Rodzice mogą mieć uzasadnione pretensje z powodu niedopilnowania dziecka, a także roszczenia finansowe z tym związane. Nierzadko skutki wypadku podczas szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej mają finał na sali sądowej, a u osób odpowiedzialnych za organizację pozostaje trauma do końca życia. Należy pamiętać o tym, że placówka szkolno-wychowawcza, organizując turystykę, przejmuje odpowiedzialność za wszelkie działania związane z organizacją i bezpieczeństwem uczestników, a nie wszyscy zaangażowani w proces organizacji turystyki szkolnej są tego w pełni świadomi.

### **Zadania szkoły dotyczące organizacji szkolnych imprez turystyczno-krajoznawczych**

Organizatorem szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej jest placówka szkolno-wychowawcza. Odpowiada ona za całą imprezę, wyznaczając do jej realizacji odpowiednie osoby. Placówka ta powinna zapewnić wszelkie narzędzia i środki niezbędne do realizacji imprezy. Dyrekcja jest odpowiedzialna za dydaktyczny i wychowawczy poziom placówki, edukację uczniów czy zapewnienie pomocy nauczycielom w realizacji zadań. Dyrektor placówki szkolno-wychowawczej musi stworzyć podstawy do działalności turystyczno-krajoznawczej w niej. Podstawą taką jest opracowany i na bieżąco nowelizowany przez niego regulamin regulujący organizację szkolnych wycieczek / imprez, który uwzględnia akty prawne, w tym również przepisy wynikające z ustawy o usługach turystycznych.

Zadaniem dyrektora placówki jako organizatora szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej jest także m.in.<sup>23</sup>:

- zatwierdzenie karty i harmonogramu wycieczki,
- zatwierdzenie listy uczestników,
- zawiadomienie odpowiednich organów o organizacji wycieczki zagranicznej,
- prowadzenie dokumentacji merytorycznej i finansowej organizowanych imprez i udostępnianie jej instytucjom nadzorującym szkołę (np. umów, potwierdzeń rezerwacji noclegów itp.)
- czuwanie nad realizacją imprez turystyczno-krajoznawczych i kontrolowanie ich zgodności z procedurami (w tym również nadzór nad realizacją zadań przez wyznaczonych kierowników),
- zawieranie umów z firmami świadczącymi usługi związane z realizacją imprezy turystyczno-krajoznawczej.

### **Obowiązki i zadania kierownika szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej**

Kierownikiem wycieczki / imprezy, wyznaczonym przez dyrektora placówki organizującej szkolną imprezę turystyczno-krajoznawczą musi być osoba posiadająca odpowiednie kwalifikacje oraz bardzo odpowiedzialna. Powinna ona posiadać szereg umiejętności, nie tylko organizatorskich czy pedagogicznych, na przykład umiejętność udzielania pierwszej pomocy, znajomość i nadzór nad przestrzeganiem przepisów przeciwpożarowych, sanitarno-epidemiologicznych, zasad korzystania z dróg publicznych i szlaków turystycznych, a także innych szczegółowych regulaminów i zarządzeń władz oświatowych, administracyjnych i samorządowych<sup>24</sup>. Kierownik wycieczki zajmuje się całą sferą organizatorską. To on zbiera pełną dokumentację wycieczki, opracowuje programy i harmonogramy imprez, prowadzi listy uczestników i wpłat, jest odpowiedzialny za zapoznanie uczestników z programem imprezy i regulaminami, sprawuje nadzór nad całą imprezą – nad realizacją, uczestnikami i opiekunami (wyznacza im zadania). To kierownik zapewnia warunki do realizacji imprezy turystyczno-krajoznawczej, organizując jej wszystkie składowe (na przykład nocleg, wyżywienie itp.). Jest on również odpowiedzialny za kontakt z rodzicami uczestników i uzyskanie od nich odpowiednich zgód. Kierownik ma za zadanie sporządzenie odpowiedniej dokumentacji imprezy, zawierającej wszelkie zgody, listy, rachunki itp. Między innymi na podstawie tej dokumentacji musi on na koniec dokonać podsumowania, oceny

---

<sup>23</sup> Ibidem, s. 11.

<sup>24</sup> *Organizacja wycieczek/imprez szkolnych*, op. cit.

i rozliczenia finansowego wycieczki<sup>25</sup>. Na kierowniku ciąży największa odpowiedzialność i ma on wyznaczoną największą ilość zadań.

### **Obowiązki i zadania opiekuna szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej**

Opiekun szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej pełni w zasadzie funkcję wykonawczą przy organizacji szkolnej imprezy turystyczno-krajoznawczej. Jest on wybierany przez dyrektora placówki, a zadania wyznacza mu kierownik imprezy. Opiekunem takiej imprezy niekoniecznie musi być nauczyciel – jeśli dyrektor wyrazi zgodę, może to być kompetentna i odpowiedzialna osoba dorosła.

Opiekun sprawuje przede wszystkim opiekę na powierzonych mu uczniach, biorąc odpowiedzialność za ich bezpieczeństwo. Musi również pilnować przestrzegania regulaminu przez uczestników, współdziałać z kierownikiem w zakresie realizacji programu i harmonogramu imprezy, nadzorować wykonywanie zadań przydzielonych uczestnikom oraz wykonywać inne zadania zlecone przez kierownika imprezy<sup>26</sup>.

### **Podsumowanie**

Niewątpliwie nauczyciele są świadomi problemów, jakie stwarza organizacja wycieczek szkolnych. Nie tylko w sferze przygotowawczej, ale także podczas trwania imprezy. Cięży na nich duża odpowiedzialność za życie i bezpieczeństwo wychowanków. Muszą oni również rozwiązywać konflikty i problemy oraz otoczyć opieką uczestników. Pomimo to większość nauczycieli nie ma oporów, aby organizować wycieczki szkolne. Warto bowiem je organizować, gdyż przez to narzędzie dydaktyczne nie tylko można uzyskać efekty w nauczaniu, ale także w wychowaniu. Można zjednać sobie uczniów, pokazać im świat, zaszczepić smykałkę do podróżowania czy w ogóle umożliwić im poznanie otoczenia. Nierzadko jest to dla uczniów jedyna okazja, by móc podróżować.

#### **Bibliografia**

- BŁAŻEJCZYK G., *Wycieczki w procesie dydaktyczno-wychowawczym*, Ciechanów, Lider, 2012.
- CZAJKOWSKA Z., CZAJKOWSKI S., KRAWCZYK M., *Wycieczka uczy i wychowuje*, Warszawa, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1964.

---

<sup>25</sup> JURA D., KARWAT M., WILK K., dz. cyt., s. 13.

<sup>26</sup> Ibidem, s. 14.



- JURA D., KARWAT M., WILK K., *Kodeks dobrych praktyk przy organizacji turystyki szkolnej. Poradnik dla dyrektorów placówek oświatowych, biur podróży oraz rodziców*, Łódź, Łódzki Oddział Polskiej Izby Turystyki, 2012.
- KASPRZAK M., *Wyjazdy i podróże służbowe nauczycieli*, „Poradnik Oświatowy”, 2014, nr 5.
- Poradnik dla organizatorów wycieczek i zielonych szkół*, <https://wtir.awf.krakow.pl/.../tdm-poradnik-dla-organizatorow-wycieczek-i-zielonych-szkol/> [17.10.2016].
- Organizacja wycieczek/imprez szkolnych* <https://www.kuratorium.wroclaw.pl/okno/1305.doc> [17.10.2016].
- Ustawa z dnia 29 sierpnia 1997 o usługach turystycznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 223, poz. 2268).
- ZIÓŁKOWSKI P., *Poradnik dla organizatora, kierownika i wychowawcy placówki wypoczynku dzieci i młodzieży oraz kierownika wycieczki szkolnej*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2015.

## **PRZYKŁADOWY ZAKRES ODPOWIEDZIALNOŚCI ORAZ PODSTAWOWE UPRAWNIENIA KIEROWNIKA WYCIECZKI SZKOLNEJ**

- I. Kierownik wycieczki szkolnej podlega służbowo organizatorowi, który sprawuje nadzór nad całością funkcjonowania placówki.
  1. Kierownik współpracuje z organizatorem w należyтым przygotowaniu placówki do jej uruchomienia.
  2. Przyjmuje i zdaje protokołem zdawczo-odbiorczym ośrodek wraz z wyposażeniem (odpowiada materialnie za powierzone mienie).
- II. Kierownik wycieczki jest bezpośrednim przełożonym wszystkich osób zatrudnionych w ośrodku.
  1. W porozumieniu z organizatorem kierownik ma prawo rozwiązać umowę o pracę z pracownikiem, który nie wywiązuje się ze swoich obowiązków.
  2. Ustala w oparciu o odrębne przepisy zakres obowiązków i odpowiedzialności pracowników gospodarczych, nadzoruje i kontroluje pracę całego personelu zatrudnionego w ośrodku.
  3. Zapoznaje personel z jego obowiązkami, ustala zakres odpowiedzialności poszczególnych osób za sprzęt i jego należyte wykorzystanie.
  4. Prowadzi odprawy z personelem według uznania i potrzeby.
  5. Załatwia sprawy meldunkowe osób dorosłych i dzieci przebywających w ośrodku.
- III. Odpowiada za prawidłową organizację dnia podczas wycieczki zgodnie z wytycznymi organizatora.
  1. Odpowiada za poziom pracy dydaktyczno-wychowawczej.
  2. Opracowuje ramowy plan pracy i czuwa nad jego realizacją.
- IV. Odpowiada za bezpieczeństwo dzieci od momentu zbiórki wyjazdowej do przejścia dzieci przez rodziców po zakończeniu wycieczki.
  1. Czuwa nad zdrowiem, życiem i bezpieczeństwem uczestników wycieczki, a także odpowiada za zaznajomienie dzieci i podległego personelu z zasadami i przepisami BHP, prowadząc w tym zakresie nadzór i kontrolę.
  2. Przestrzega i stosuje się do ogólnie obowiązujących przepisów w zakresie bezpieczeństwa przeciwpożarowego oraz zaznajamia z nimi podległe osoby.
  3. Niezwłocznie powiadamia organizatora wycieczki o zaistnieniu okoliczności zagrażających zdrowiu lub życiu dzieci i personelu.
- V. Kierownik wycieczki odpowiada za:
  1. Prawidłowe żywienie dzieci.

2. Prawidłowe i racjonalne wykorzystanie sprzętu, urządzeń i pomieszczeń.
  3. Prawidłowe prowadzenie dokumentacji i rozliczeń finansowych według obowiązujących wzorów i przepisów.
  4. Prawidłowe i terminowe regulowanie wszelkich zobowiązań finansowych i materialnych oraz dokonanie rozliczeń finansowych na rzecz organizatora wycieczki w podanym przez niego terminie.
  5. Prawidłowe wykorzystanie środków finansowych przydzielonych na prowadzenie wycieczki.
- VI. Kierownik wycieczki zobowiązany jest do przestrzegania zasady oszczędnego gospodarowania materiałami i środkami finansowymi przeznaczonymi do prowadzenia wycieczki.
- VII. Opracowuje i składa organizatorowi sprawozdanie opisowe z przebiegu wycieczki oraz sprawozdanie statystyczno-finansowe.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN KĄPIELI**

1. Kąpiel może odbywać się tylko w miejscu uprzednio zbadanym i ściśle oznaczonym.
2. Kąpiel może odbywać się tylko pod kontrolą ratownika lub innej osoby posiadającej odpowiednie uprawnienia i w obecności innych wyznaczonych przez kierownika osób (wychowawcy-opiekunowie, pielęgniarka itp.).
3. Kąpiel może odbywać się wyłącznie w małych grupach, nieprzekraczających 10 osób.
4. Wyznaczona grupa może wchodzić do wody i wychodzić z niej tylko na sygnał podany przez osobę kierującą kąpielą.
5. Dzieciom i młodzieży nie wolno wchodzić do wody bez wiedzy i zgody opiekuna – wychowawcy grupy.
6. Na sygnał wyjścia z wody i na sygnał alarmu (kilka donośnych krótkich gwizdków) należy natychmiast wyjść z wody i udać się na brzeg w wyznaczone wcześniej miejsce zbiórki.
7. W przypadku złego samopoczucia, bólu lub zawrotu głowy, a także innych dolegliwości należy natychmiast wyjść z wody i powiadomić o tym opiekuna lub kierującego kąpielą.
8. W przypadku zauważenia tonięcia należy natychmiast alarmować ratownika!!! W miarę możliwości należy udzielić pomocy potrzebującemu.

9. Na głębi bezpośredniej pomocy tonącemu mogą udzielać tylko wykwalifikowani ratownicy, natomiast inni mogą udzielać pomocy tylko na brzegu.
10. Nie wolno niszczyć urządzeń i sprzętu kąpieliska oraz zaśmiecać wody i terenu.
11. Należy pamiętać o zachowaniu pełnego bezpieczeństwa podczas kąpieli, unikać lekkomyślnych żartów, potrąceń, wrzucania do wody!!!
12. Przed rozpoczęciem kąpieli jej uczestnicy muszą być zaznajomieni z obowiązującymi sygnałami dźwiękowymi.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN PLAŻOWANIA**

1. Opalanie się i przebywanie na słońcu kryje w sobie niebezpieczeństwo.
2. W wyniku złej regulacji czasu przebywania dzieci na słońcu może nastąpić stan zapalny skóry lub udar słoneczny.
3. Kąpiele słoneczne powinny być dawkowane i rozpocząć się od kąpieli powietrznych.
4. Teren do kąpieli słonecznych powinien być tak dobrany, aby dzieci przed i po naświetleniu mogły odpocząć w cieniu.
5. Najlepsza pora do kąpieli słonecznych to godziny od 9:00 do 12:00.
6. Dawkowanie kąpieli słonecznych zaczyna się od 4 minut do 20 minut dla dzieci młodszych, a do 30 minut dla dzieci starszych.
7. Głowy dzieci podczas naświetlania słonecznego powinny być bezwarunkowo zawsze chronione nakryciem.
8. Po kąpieli słonecznej dzieci powinny wypocząć w cieniu co najmniej pół godziny, a dopiero potem obmyć się z potu i ewentualnego kurzu czy piasku.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN ZASAD PORUSZANIA SIĘ PO DROGACH W CZASIE WYCIECZKI, W MARSZU I NA BIWAKU**

1. W czasie wycieczki jej uczestnicy bezwzględnie podporządkowują się zaleceniom prowadzącego, wyznaczonego przez kierownika kolonii.
2. Uczestnicy idą zwartą grupą w szyku uzgodnionym przez prowadzącego, maksymalnie czwórkami, na przodzie grupy zawsze idzie prowadzący wycieczkę, następnie najslabsi i najmłodszy uczestnicy, którzy nadają tempo marszu, kolumnę zamykają najstarsi uczestnicy wraz z wychowawcą.

3. Kolumna porusza się prawym poboczem drogi lub szosy (jak najbliżej krawężdzi), zajmując nie więcej niż połowę szerokości drogi. W czasie marszu dokładnie należy zwracać uwagę na poruszające się po drodze lub szosie pojazdy. W przypadku gdy nie ma chodnika lub miejsca przeznaczonego dla pieszych, maszeruje się małymi grupkami lub pojedynczo lewą stroną drogi jeden za drugim, a jeżeli ruch na drodze jest niewielki – parami.
4. W miastach należy poruszać się zwartą grupą po chodnikach lub miejscach przeznaczonych dla pieszych. Jezdnię należy przekraczać w miejscach wyznaczonych (pasy) lub zgodnie z przepisami.
5. Nie wolno zatrzymywać się w miejscach, gdzie utrudniona jest widoczność (na zakrętach, za i przed wzniesieniem).
6. Kiedy kolumna porusza się przy złej widoczności (nocą, podczas deszczu lub w śnieżyce) pierwsi i ostatni maszerujący od osi jezdni muszą mieć zapalone latarki:
  - pierwszy ze światłem białym, skierowanym do przodu,
  - ostatni ze światłem czerwonym, skierowanym do tyłu.
7. Jeżeli kolumna przekracza 20 metrów, maszerujący po lewej stronie zobowiązani są nieść latarnie białe rozmieszczone co 10 metrów widoczne z odległości 150 metrów.
8. Nie wolno odłączać się od grupy, maszerując bez zgody prowadzącego.
9. Podczas wycieczki lub rajdu 1 opiekun przypada na:
  - 10 uczestników przy turystyce kwalifikowanej (np. górską),
  - 15 uczestników przy innych formach.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN PRZEWOZU DZIECI AUTOKAREM**

1. Przygotowujemy kartę wycieczki i posiadamy ją przy sobie na wypadek kontroli.
2. Wzywamy policję do kontroli stanu technicznego.
3. Zapewniamy min. 2 opiekunów (jeden zasiada z przodu, drugi z tyłu).
4. Do autokaru dzieci wpuszczamy wg listy.
5. Po każdym postoju przeliczamy ilość osób.
6. Posiadamy kserokopię ubezpieczenia grupowego.
7. Dopilnowujemy, aby 30 min. przed wyjazdem osoby z chorobą lokomocyjną zażyły niezbędne leki.

8. Zapewniamy regularne postoje wyłącznie w miejscach wyznaczonych.
9. Jeśli autokar posiada pasy, dopilnowujemy, aby dzieci miały je zapięte.
10. Pilnujemy, aby dzieci nie chodziły po autokarze w trakcie jazdy (z toalety korzystamy na postojach).
11. Pilnujemy, aby dzieci nie odwracały się na fotelach tyłem do kierunku jazdy.
12. Pilnujemy, aby dzieci swoim zachowaniem nie rozpraszały kierowcy.
13. Dbamy o czystość w autokarze.
14. Pojazd przewożący grupę młodzieży poniżej 18 roku życia powinien być oznakowany żółtymi tablicami z symbolem dzieci w kolorze czarnym; kierujący tym pojazdem zobowiązany jest do włączania świateł awaryjnych podczas wsiadania i wysiadania młodzieży; kierowca posiada potwierdzenie sprawności technicznej pojazdu, apteczkę pierwszej pomocy i gaśnicę.
15. Opiekun musi przebywać ze swoją grupą w pojeździe – nie można rozdzielać grupy na dwa lub więcej pojazdów.
16. Ilość miejsc siedzących w pojeździe musi dokładnie odpowiadać ilości uczestników.
17. Przejście w autokarze musi być wolne – jest to jedyna droga ewakuacyjna z pojazdu.
18. Uczniowie sprawiający trudności wychowawcze oraz źle znoszący podróż siedzą przy opiekunach.
19. Bagaż uczestników powinien być umieszczony w bagażniku i na półkach – należy jednak pamiętać, aby nad głowami nie umieszczać ciężkich przedmiotów, np. butelek z piciem.
20. Młodzież do lat 18 można przewozić między 6:00 a 22:00 (chyba że wcześniej rodzice podpisali zgodę).
21. Jeśli czas jazdy jest dłuższy niż 10 godzin, kierownik musi uzyskać zgodę rodziców.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN WYCIECZEK PIESZYCH**

1. Podczas wycieczki pieszej 2 opiekunów przypada na 30 uczniów.
2. Jeden opiekun idzie z przodu grupy wraz z najmłodszymi i najsłabszymi kondycyjnie uczniami, drugi ją zamyka wraz z uczniami najstarszymi i najsilniejszymi kondycyjnie.

3. Uczniowie powinny posiadać odpowiedni ubiór.
4. W mieście należy poruszać się po chodnikach, zwracając uwagę, czy nie ma tam wyrysowanej ścieżki rowerowej; poza miastem lewą stroną drogi, pojedynczo, ustępując z drogi nadjeżdżającym pojazdom; dwójkami poza miastem poruszamy się wyłącznie po drogach o bardzo małym ruchu.
5. W lesie należy poruszać się oznakowanymi szlakami turystycznymi, szczególnie dotyczy to terenów parków narodowych i krajobrazowych.
6. Nauczyciel-opiekun powinien mieć dobrą orientację i posiadać mapę.
7. Przed wyruszeniem na wycieczkę pieszą uczestnicy powinni być poinformowani o zasadach poruszania się po drogach i lesie.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN WYCIECZEK GÓRSKICH**

1. Przy wycieczkach górskich poniżej 1000 m n.p.m. – 1 opiekun przypada na 10 uczestników.
2. Przy wycieczkach górskich powyżej 1000 m n.p.m. – 1 opiekun przypada na 5 uczestników + przewodnik górski.
3. Należy dokładnie zaplanować trasę, uwzględniając wiek, a także płeć uczestników – dla młodzieży w wieku 13–14 lat nie powinna przekraczać ona 12–13 km, tj. 4–5 godz. marszu wraz z odpoczynkami; dla młodzieży starszej długość trasy może ulec wydłużeniu.
4. Wycieczka górska powinna rozpoczynać się wcześniej rano.
5. Wycieczka górska może trwać maksymalnie 7–8 godzin.
6. Wszyscy uczestnicy wycieczki górskiej powinni mieć zapisany w telefonie komórkowym numer do GOPR-u i TOPR-u.
7. Uczniowie obowiązkowo powinni posiadać odpowiedni strój, szczególnie odpowiednie obuwie, coś przeciwdeszczowego, najlepiej wędrować z plecakiem, tak aby mieć wolne obie ręce, warto zabrać ze sobą coś do picia (wodę mineralną niegazowaną) oraz coś słodkiego (czekolada mleczna).
8. Grupa podczas wycieczki górskiej powinna poruszać się z przewodnikiem górskim, dotyczy to terenów powyżej 1000 m n.p.m. i parków narodowych.
9. Podczas wycieczki górskiej na początku grupy idą osoby słabsze kondycyjnie, grupę zamyka opiekun wraz z osobami najsilniejszymi kondycyjnie.
10. Na początku i na końcu musi znajdować się opiekun.

11. Należy zadbać, aby każdy z uczniów miał w telefonie komórkowym zapisany numer do jednego z opiekunów.
12. Opiekunowie powinni posiadać listę z numerami telefonów komórkowych wszystkich uczestników wycieczki oraz ich rodziców / prawnych opiekunów.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN WYCIECZEK ROWEROWYCH**

1. Przy wycieczkach rowerowych 2 opiekunów przypada na grupę 10–13 uczniów.
2. Przy wycieczce rowerowej uczniowie muszą mieć ukończone 12 lat i posiadać kartę rowerową.
3. W kolumnie rowerów nie może jechać więcej niż 15 osób.
4. Przed wyjazdem na wycieczkę rowerową uczniowie muszą być zapoznani z przepisami ruchu drogowego.
5. Podczas wycieczki rowerowej jeden z opiekunów jedzie na początku, za nim najślabsi kondycyjnie, na końcu kolumny jedzie drugi opiekun.
6. Podczas wycieczki rowerowej tempo jazdy dostosowujemy do możliwości najślabszego uczestnika.
7. Podczas wycieczki rowerowej odstęp między jadącymi nie powinny przekraczać 5 metrów.
8. Podczas wycieczki rowerowej uczniowie jadą pojedynczo, nie ma możliwości jechać dwójkami.
9. Podczas wycieczki rowerowej należy pilnować, aby kolumna jechała jak najbliższej prawej krawędzi drogi, zgodnie z przepisami ruchu drogowego.
10. Podczas wycieczki rowerowej opiekun posiada apteczkę pierwszej pomocy oraz narzędzia do ewentualnej naprawy rowerów, także zapasowe dętki i wentyle oraz pompkę.
11. Podczas wycieczki rowerowej uczniowie powinni posiadać odpowiedni strój, przede wszystkim muszą posiadać kaski.
12. Podczas wycieczki rowerowej z boku tylnego bagażnika (z lewej strony) powinno być przymocowane tzw. ramię bezpieczeństwa ze światłem odblaskowym na końcu.
13. Należy zadbać, aby każdy z uczniów miał w telefonie komórkowym zapisany numer do jednego z opiekunów.
14. Opiekunowie powinni posiadać listę z numerami telefonów komórkowych wszystkich uczestników wycieczki oraz ich rodziców / prawnych opiekunów.



### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN PRZEWOŻENIA DZIECI POCIĄGIEM**

1. Podczas przejazdu pociągiem 1 opiekun przypada na 9 uczniów.
2. Grupa musi poruszać się jednym wagonem, w którym znajduje się nauczyciel, w tym celu najlepiej dokonać wcześniej rezerwacji miejsc lub przedziałów.
3. Podczas zajmowania wagonu z przodu i z tyłu grupy musi znajdować się 1 opiekun.
4. Podczas przejazdu pociągiem bagaże powinny być umieszczone na wyznaczonych do tego półkach. Bagaże należy układać od najcięższego do najlżejszego oraz od największego do najmniejszego.
5. Podczas jazdy pociągu uczniowie nie powinni wychylać się przez okno i opuszczać wagonu, szczególnie na postojach pociągu.
6. Podczas przejazdu pociągiem kierownik wycieczki ma przy sobie bilety na przejazd wraz z zaświadczeniem o przejeździe grupowym oraz legitymacje szkolne uczniów.
7. Podczas przejazdu pociągiem kierownik musi posiadać apteczkę.
8. Należy zadbać, aby każdy z uczniów miał w telefonie komórkowym zapisany numer do jednego z opiekunów.
9. Opiekunowie powinni posiadać listę z numerami telefonów komórkowych wszystkich uczestników wycieczki oraz ich rodziców / prawnych opiekunów.

### **PRZYKŁADOWY REGULAMIN PORUSZANIA SIĘ Z GRUPĄ W MIASTACH**

1. Każdy uczestnik powinien znać program zwiedzania.
2. W razie zgubienia uczeń powinien pozostać w miejscu, gdzie ostatnio widział się z grupą.
3. Jeden z opiekunów powinien znajdować się na początku, drugi na końcu grupy.
4. Nauczyciel zamykający grupę musi zwrócić szczególną uwagę na to, by uczniowie nie odłączali się od grupy, przede wszystkim musi zwrócić uwagę podczas przechodzenia przez przejście z sygnalizacją świetlną; gdy zapali się czerwone światło, musi z grupą poczekać na zapalenie się zielonego.
5. Opiekunowie powinni poruszać się w granicach wzajemnego kontaktu wzrokowego, aby zapobiec zbyt niemu rozciągnięciu grupy.

6. Należy przestrzegać przepisów ruchu drogowego.
7. Przy korzystaniu z środków komunikacji miejskiej należy zadbać, by wszyscy uczestnicy wycieczki znajdowali się w jednym pojeździe lub w jednej jego części (dotyczy to pociągu, tramwaju, metra), znali nazwę przystanku, na którym grupa będzie wysiadać, znali orientacyjny czas przejazdu lub ilość przystanków do przejechania, posiadali ważne bilety na przejazd.
8. Należy zadbać, aby każdy z uczniów miał w telefonie komórkowym zapisany numer do jednego z opiekunów.
9. Opiekunowie powinni posiadać listę z numerami telefonów komórkowych wszystkich uczestników wycieczki oraz ich rodziców / prawnych opiekunów.
10. Podczas wycieczki nie istnieje pojęcie „czasu wolnego”.

.....  
/pieczętka organizatora – ośrodka/

## KARTA WYCIECZKI

Cel i założenia programowe wycieczki (imprezy)

.....  
.....  
.....  
.....

Trasa wycieczki (imprezy)

.....  
.....  
.....

Termin ..... ilość dni ..... klasa/grupa .....

Liczba uczestników .....

Kierownik (imię i nazwisko) .....

Liczba opiekunów .....

Środek lokomocji .....

### OŚWIADCZENIE

Zobowiązuję się do przestrzegania przepisów dotyczących zasad bezpieczeństwa na wycieczkach i imprezach dla dzieci i młodzieży.

Opiekunowie wycieczki (imprezy)  
/imiona i nazwiska oraz podpisy/

Kierownik wycieczki (imprezy)

.....  
.....  
.....  
.....

.....

### HARMONOGRAM WYCIECZKI (IMPREZY)

DATA I GODZINA WYJAZDU	ILOŚĆ KM	MIEJSCOWOŚĆ	PROGRAM	ADRES PUNK- TU NOCLEGO- WEGO I ŻY- WIENIOWEGO

Adnotacje organu prowadzącego  
lub sprawującego nadzór pedagogiczny

Zatwierdzam

.....  
/pieczęć i podpis organizatora – kierownika/

.....  
(pieczęć placówki)

## KARTA WYPADKU

(uczestnika wycieczki, obozu, kolonii, zimowiska)

**1. Nazwa placówki:** .....

.....

**2. Dane poszkodowanego:**

Imię i nazwisko poszkodowanego .....

Data urodzenia .....

Adres zamieszkania .....

Klasa .....

**3. Czynność wykonywana podczas wypadku:**

.....

.....

**4. Rodzaj przeszkolenia – instruktaż w zakresie BHP przed wycieczką:**

.....

.....

(kiedy i przez kogo prowadzony oraz czas trwania)

**5. Czy poszkodowany został zbadany przez lekarza?**

**TAK NIE** (niepotrzebne skreślić)

Data ostatniego badania lekarskiego .....

**Czy były przeciwwskazania lekarza do wykonywania czynności, przy których nastąpił wypadek?**

**TAK NIE** (niepotrzebne skreślić)

**6. Data wypadku** .....

**Miejsce wypadku** .....

**Rodzaj i umiejscowienie uszkodzenia ciała:** .....

.....

(na podstawie orzeczenia lekarskiego)

**Czy wypadek spowodował śmierć?**

**TAK NIE** (niepotrzebne skreślić)

**7. Przepuszczalny czas trwania niezdolności do zajęć** .....  
(dane według zwolnienia, względnie orzeczenia wydanego przez lekarza)

**8. Szczegółowy opis wypadku**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**9. Imię i nazwisko osoby sprawującej nadzór nad poszkodowanym w dniu wypadku** .....

**10. Pierwszej pomocy udzielił poszkodowanemu:** .....  
..... o godz. ....  
(imię i nazwisko lekarza)

**11. Imiona, nazwiska i adresy świadków wypadku:**

.....  
.....

**12. Środki zapobiegawcze (wydane zarządzenia): (Termin wykonania)**

.....  
.....

**13. Stwierdzamy własnoręcznymi podpisami, że powyższa karta została wypełniona zgodnie ze stanem rzeczywistym, jak również znany nam jest przepis art. 247 Kodeksu karnego o odpowiedzialności za składanie zeznań niezgodnie z prawdą.**

*Komisja*

.....  
.....

*Kierownik Placówki*

.....

..... dnia, ..... rok

**REJESTR WYPADKÓW  
UCZESTNIKÓW WYCIECZKI**

Lp.	Imię i nazwisko poszkodowanego	Data i rodzaj wypadku	Miejsce wypadku i rodzaj zajęć	Rodzaj i miejsca uszkodzenia ciała	Okoliczności wypadku	Udzielona pomoc	Środki zapobiegawcze, wydane zarządzenia	Uwagi	Podpis

.....  
*/imię i nazwisko wychowawcy –opiekuna wycieczki/*

.....  
*/dokładny adres, telefon/*

.....  
*/seria i numer dowodu osobistego/*

## **DEKLARACJA w sprawie ochrony zdrowia i życia dziecka na wycieczkach**

W poczuciu pełnej odpowiedzialności przed własnym sumieniem, rodzicami i społeczeństwem za bezpieczeństwo, zdrowie i życie dzieci powierzonych mej opiece na .....  
organizowanej przez .....  
w ..... w okresie od ..... do .....  
oświadczam, co następuje:

1. Z należytą uwagą i zrozumieniem zapoznałem/-am się ze wszystkimi materiałami i przepisami dotyczącymi bezpieczeństwa, zdrowia i życia dzieci i młodzieży.
2. Zobowiązuję się do skrupulatnego przestrzegania i stosowania zawartych w tych przepisach wskazówek, środków i metod w czasie pełnienia przeze mnie obowiązków wychowawcy wycieczki do .....
3. Oświadczam, że: nie byłem / nie byłam karana/y za umyślne przestępstwo przeciwko życiu i zdrowiu na szkodę małoletniego, przestępstwo przeciwko wolności seksualnej i obyczajności na szkodę małoletniego, przestępstwo przeciwko rodzinie i opiece, z wyjątkiem przestępstwa określonego w art. 209 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. Nr 88, poz. 553, z późn. zm.), przestępstwo określone w rozdziale 7 ustawy z dnia 29 lipca 2005 r. o przeciwdziałaniu narkomanii oraz że nie orzeczono wobec mnie zakazu prowadzenia działalności związanej z wychowywaniem, leczeniem, edukacją małoletnich lub opieką nad nimi bądź obowiązku powstrzymywania się od przebywania w określonych środowiskach lub miejscach, a także zakazu kontaktowania się z określonymi osobami lub zakazu opuszczania określonego miejsca pobytu bez zgody sądu.

.....  
*/data, czytelny podpis/*

**PRZYKŁADOWE OŚWIADCZENIE RODZICA / OPIEKUNA,  
KTÓRY PRZEJMUJE OPIEKĘ NAD DZIECKIEM  
PRZEBYWAJĄCYM NA WYCIECZCE**

**OŚWIADCZENIE**

Ja niżej podpisany/a .....  
legitymujący/a się dowodem osobistym nr .....  
oświadczam, że przejmuję pełną odpowiedzialność za małoletniego / małoletnią  
..... ur. dnia .....  
w ..... w dniu .....  
w godz. ....

.....  
/czytelny podpis/

**PRZYKŁADOWY WZÓR ZGODY RODZICÓW / OPIEKUNÓW  
NA UDZIAŁ DZIECKA W WYCIECZCE**

.....  
/imię i nazwisko rodzica / opiekuna/

.....  
/adres/

.....  
/telefon /

**OŚWIADCZENIE**

Wyrażam zgodę na udział syna / córki .....  
w wycieczce do .....  
która odbędzie się w dniu / dniach .....  
Oświadczam, że nie ma przeciwwskazań lekarskich, aby syn / córka uczestniczy-  
ł/a w wycieczce.

*Inne istotne informacje, które rodzice / opiekunowie chcą przekazać organizatorowi  
wycieczki (np. informacja o przebytych chorobach, zażywanych lekach, diecie, prze-  
ciwskazaniach zdrowotnych, itp.)*

.....  
/data/

.....  
/podpis rodziców / opiekunów/





## PRZYKŁADOWE ROZLICZENIE WYCIECZKI

Wycieczka ( impreza ) szkolna do .....  
zorganizowana w dniu / dniach .....  
przez .....

### I. Dochody

1. Wpłaty uczestników: liczba osób ..... x koszt wycieczki ..... = ..... zł

2. Inne wpłaty .....

**Razem dochody:** .....

### II. Wydatki

1. Koszt wynajmu autobusu: .....

2. Koszt noclegu: .....

3. Koszt wyżywienia: .....

4. Bilety wstępu: .....

5. Inne wydatki (jakie?): .....

**Razem wydatki:** .....

**I. Koszt wycieczki ( imprezy ) na jednego uczestnika:** ..... zł

**II. Pozostała kwota w wysokości:** ..... zł

.....  
(określić sposób zagospodarowania kwoty – np. zwrot, wspólne wydatki klasowe itp.)

Uczestnicy wycieczki ( np. samorząd klasowy )

Kierownik wycieczki

1. ....

.....

2. ....

/podpis/

3. ....

Uwagi o przebiegu wycieczki ( np. przebieg realizacji harmonogramu, problemy wychowawcze itp.): .....

Rozliczenie przyjął:

.....  
/data i podpis dyrektora szkoły/

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Bezpieczne i kulturalne uczestnictwo młodzieży w wycieczkach szkolnych.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Wdrożenie wiedzy na temat właściwych sposobów zachowania się na wycieczkach szkolnych.

### 4. Cele szczegółowe:

- Nabycie umiejętności ustalania i przestrzegania zasad obowiązujących na wycieczkach szkolnych.
- Doskonalenie umiejętności odpowiedniego przygotowania się do wycieczki szkolnej.
- Kształtowanie wiedzy i umiejętności związanych z odpowiednim zachowaniem się podczas podróży, w miejscu pobytu oraz w takich miejscach jak np.: teatr, muzeum.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Istota znajomości zasad bezpiecznego i kulturalnego zachowania się na wycieczkach szkolnych.
- Zasady bezpieczeństwa i kulturalnego zachowania się obowiązujące na szkolnych wycieczkach
- „Torba młodego podróżnika” czyli co warto wziąć ze sobą na wycieczkę szkolną.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Metody podające - pogadanka, wypowiedź ustna, prezentacja,
- Giełda pomysłów,
- Drama,
- Filmoterapia.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Arkusze A 4 oraz kolorowe pisaki,
- Rzutnik,
- Laptop z głośnikami
- Płyta z filmem,
- Tablica, pisaki.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Przywitanie, wprowadzenie do tematu zajęć: „Bezpieczne i kulturalne zachowanie się młodzieży na wycieczkach szkolnych”
Metody realizacji	Pogadanka wprowadzająca, wypowiedzi ustne
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami pytając o ich samopoczucie, z jakim rozpoczynają zajęcia. Następnie wprowadza w temat dzisiejszego spotkania
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem- określają samopoczucie i emocje jakie im towarzyszą. Następnie aktywnie słuchają wprowadzenia nauczyciela w tematykę zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Istota znajomości zasad oraz rodzaje zasad bezpiecznego i kulturalnego zachowania się na wycieczkach szkolnych
Metody realizacji	Giełda pomysłów, wypowiedzi ustne – prezentacja własnych pomysłów
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, pisaki, biała tablica
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5-osobowe zespoły. Każdemu zespołowi wręcza biały arkusz A 4 oraz pisaki. Następnie prosi uczniów aby w zespołach opracowali zasady, które są istotne z uwagi na bezpieczeństwo na wycieczce. Nauczyciel prosi uczniów o przedstawienie pomysłów
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na zespoły, w których opracowują własne propozycje zasad związanych z bezpieczną wycieczką, po wykonaniu zadania dzielą się z pozostałymi swoimi pomysłami
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą

Treści kształcenia	Przykłady niebezpieczeństw związanych z nieprzestrzeganiem zasad
Metody realizacji	Filmoterapia
Czas trwania	5 minut

Materiały do zajęć	Laptop, głośniki, płyta z filmem, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel odtwarza film ukazujący scenkę z wycieczki klasowej, podczas których uczeń oddalił się od grupy i zaginął
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają film
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, sala z projektorem i z głośnikami

Treści kształcenia	Praktyczne wykorzystanie zasad bezpieczeństwa na wycieczce
Metody realizacji	Dyskusja
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję: zasady bezpieczeństwa nie są tylko suchym zbiorem punktów, ale mogą stanowić realną wskazówkę jak uniknąć niebezpieczeństwa
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie dyskutują dzieląc się swoimi doświadczeniami
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Zasady kulturalnego zachowania się na wycieczce – w kontekście przykładowych sytuacji społecznych
Metody realizacji	Drama oraz dyskusja
Czas trwania	25 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na zespoły i prosi aby każdy z nich przygotował humorystyczną scenkę ukazującą niewłaściwe zachowanie w: muzeum, filharmonii, teatrze, autobusie; po odegraniu każdej scenki prosi pozostałych o wskazanie właściwych sposobów zachowania się
Czynności uczestników	Uczniowie w zespołach przydzielają sobie role do odegrania i omawiają strategię scenki. Następnie po kolei odgrywają scenki. Po odegraniu scenki innej grupy aktywnie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w rzędach, stoły ustawione pod ścianą

Treści kształcenia	„Torba młodego podróżnika” czyli co warto wziąć ze sobą na wycieczkę szkolną
Metody realizacji	Pogadanka podsumowująca
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zbiera wyniki dyskusji, wskazując zarazem na konieczność bezpiecznego i kulturalnego zachowania się na wycieczce. Przypomina także o wcześniejszym przygotowaniu rzeczy niezbędnych do zabrania na wycieczkę klasową
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Utrwalenie zdobytej wiedzy na temat bezpiecznego oraz kulturalnego zachowania się na wycieczce szkolnej
Metody realizacji	Wypowiedź ustna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje uczniom za aktywne uczestnictwo w zajęciach, rozpoczyna rundkę podsumowującą przerabiane treści z zajęć: „Czego nowego dowiedziałeś się na dzisiejszych zajęciach?”
Czynności uczestników	Uczniowie odpowiadają rundce na zadane pytanie, dziękują za zajęcia i żegnają się nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Rundka - wypowiedź ustna z zakresu nabytej wiedzy.

Małgorzata Ostrowska, Aleksander Skaliy  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## BEZPIECZEŃSTWO NA LEKCJACH WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W TEORII I PRAKTYCE

### Wprowadzenie

Bezpieczeństwo to sytuacja, w której brak jest zagrożeń dla zdrowia i życia, odbierana również jako stan spokoju i dobrego samopoczucia, a nawet szczęścia. Od lat stanowi ono przedmiot zainteresowań teoretyków i praktyków różnych dziedzin nauki. W obszar teorii wychowania fizycznego wprowadził je Jędrzej Śniadecki dwieście lat temu, definiując wychowanie fizyczne następująco: „Hodować więc dziecię we względzie fizycznym albo lekarskim jest to je tak pielęgnować i tak prowadzić, ażeby nie tylko życie i zdrowie od wszelkiego ochronić szwanku, ale nadto to ostatnie tak zabezpieczyć i utwierdzić, aby przez to dobry byt i szczęście człowieka na całe życie zapewnić<sup>1</sup>.

Kwestia bezpieczeństwa jest taka istotna, ponieważ chociaż ewentualny wypadek zaczyna się na sali gimnastycznej lub poza nią, to jego konsekwencje trwają niekiedy całe życie. Dlatego również zasadne jest wyjaśnianie i aktualizowanie problemu wypadków wszechstronnie i z różnych punktów widzenia.

### Regulacje prawne warunkujące bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego

Bezpieczeństwo uczniów jest jednym z głównych zadań każdej placówki oświatowej, o czym świadczą liczne przepisy prawne, które powinien znać nauczyciel wychowania fizycznego. Do aktów prawnych je wprowadzających należą między innymi: ustawa o systemie oświaty, Karta Nauczyciela, rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i nie-

<sup>1</sup> ŚNIADECKI J., *O fizycznym wychowaniu dzieci*, Kraków, AWF, 2002, s. 7.

publicznych szkołach i placówkach, rozporządzenie MEN z dnia 7 lutego 2012 r. w sprawie ramowych planów nauczania oraz podstawa programowa wychowania fizycznego i edukacji dla bezpieczeństwa.

Ramy prawne wspierające bezpieczną edukację uczniów stanowią zapisy znowelizowanej ustawy o systemie oświaty z 27 września 2013 r. Zgodnie z art. 1 tej ustawy system oświaty (przedszkola, szkoły i placówki oświatowe) zapewnia utrzymywanie bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki w szkołach i placówkach. Natomiast w art. 39 odnaleźć można szczegółowe zadania dyrektora każdej placówki oświatowej, w tym „zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom i nauczycielom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę lub placówkę”. Ponadto jednym z głównych obowiązków każdego nauczyciela jest „rzetelnie realizować zadania związane z powierzonym mu stanowiskiem oraz podstawowymi funkcjami szkoły: dydaktyczną, wychowawczą i opiekuńczą, w tym zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę”<sup>2</sup>.

Ważne informacje dla nauczyciela wychowania fizycznego zawiera rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach. Rozdział 1. stanowi przepisy ogólne określające, że:

1. Szkoły i placówki nabywają wyposażenie posiadające odpowiednie atesty lub certyfikaty.
2. Jeżeli pomieszczenie lub inne miejsce, w którym mają być prowadzone zajęcia lub stan znajdującego się w nim wyposażenia stwarza zagrożenia dla bezpieczeństwa, niedopuszczalne jest rozpoczęcie zajęć.

Natomiast w rozdziale *Wychowanie fizyczne, sport i turystyka* odnajdujemy szczegółowe zagadnienia wynikające ze specyfiki prowadzenia zajęć wychowania fizycznego. Są to między innymi następujące stwierdzenia:

1. Stopień trudności i intensywności ćwiczeń dostosowuje się do aktualnej sprawności fizycznej i wydolności ćwiczących.
2. Uczestnika zajęć uskarżającego się na dolegliwości zdrowotne zwalnia się w danym dniu z wykonywania planowanych ćwiczeń, informując o tym jego rodziców (opiekunów).
3. Ćwiczenia są prowadzone z zastosowaniem metod i urządzeń zapewniających pełne bezpieczeństwo ćwiczących.
4. Bramki i kosze do gry oraz inne urządzenia, których przemieszczenie się może stanowić zagrożenie dla zdrowia ćwiczących, są mocowane na stałe.

<sup>2</sup> Znowelizowana Karta nauczyciela po zmianach z 28 maja 2013 r., Poznań, Wydawnictwo eMPi<sup>2</sup>, 2013, s. 7.



5. Stan techniczny urządzeń i sprzętu sportowego jest sprawdzany przed każdymi zajęciami.
6. W salach i na boiskach oraz w miejscach wyznaczonych do uprawiania ćwiczeń fizycznych, gier i zabaw umieszcza się tablice informacyjne określające zasady bezpiecznego użytkowania urządzeń i sprzętu sportowego.
7. Prowadzący zajęcia zapoznaje osoby biorące w nich udział z zasadami bezpiecznego wykonywania ćwiczeń oraz uczestniczenia w grach i zabawach.

Kolejne regulacje prawne dotyczące organizacji zajęć wychowania fizycznego zawarte są w rozporządzeniu MEN z dnia 7 lutego 2012 r. w sprawie ramowych planów nauczania, które określa szczegółowo liczebność grupy ćwiczącej pod opieką jednego nauczyciela. Zgodnie z tym rozporządzeniem obowiązkowe zajęcia wychowania fizycznego „mogą być prowadzone w grupie oddziałowej, międzyoddziałowej lub międzyklasowej, a w przypadku zespołu szkół – także w grupie międzyszkolnej, liczącej nie więcej niż 26 uczniów”<sup>3</sup>.

Podstawa programowa wychowania fizycznego nakierowana na zdrowie i bezpieczną aktywność fizyczną podkreśla, że „podczas realizacji zajęć wychowania fizycznego – niezależnie od ich formy – należy przestrzegać zasady pełnej odpowiedzialności szkoły za zgodny z obowiązującymi przepisami przebieg zajęć oraz bezpieczeństwo uczniów”.

Najważniejsze i wiodące dla nauczyciela wychowania fizycznego wyznaczniki realizacji lekcji wychowania fizycznego wpisane zostały w wymagania ogólne oraz szczegółowe podstawy programowej na poszczególnych etapach edukacyjnych. Na pierwszym etapie edukacji treści nauczania wskazują na kształtowanie sprawności fizycznej dzieci i edukację zdrowotną, a jeden z bloków tematycznych poświęcony jest szczegółowo bezpieczeństwu i edukacji zdrowotnej. Na drugim etapie edukacji wymagania ogólne wskazują na bezpieczne uczestnictwo w aktywności fizycznej o charakterze rekreacyjnym i sportowym ze zrozumieniem jej znaczenia dla zdrowia. Blok tematyczny bezpieczna aktywność fizyczna wymienia szczegółowe wymagania, między innymi: sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia lub życia, bezpieczne korzystanie ze sprzętu i urządzeń sportowych, stosowanie zasad samoasekuracji. Na trzecim etapie edukacji wymagania ogólne dotyczą dbałości o sprawność fizyczną, prawidłowego rozwoju, zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego oraz zrozumienia związku aktywności fizycznej ze zdrowiem. W bloku tematycznym bezpieczna aktywność fizyczna i higiena osobista zawarte są wymagania szczegółowe z zakresu najczęstszych przyczyn oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć oraz sposoby zapobiegania im. Czwarty etap edukacji to przygotowanie do aktywności fizycznej przez całe życie

---

<sup>3</sup> Rozporządzenie MEN w sprawie ramowych planów nauczania szkołach publicznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572 z późniejszymi zmianami).

oraz ochrona i doskonalenie zdrowia własnego oraz innych. Bezpieczna aktywność fizyczna i aktywność fizyczna wskazuje na przeciwdziałanie negatywnym dla zdrowia skutkom pracy, w tym pracy w pozycji siedzącej i przy komputerze. oraz na umiejętność oceny stopnia ryzyka związanego z niektórymi sportami i wysiłkami fizycznymi<sup>4</sup>.

Zasady bezpieczeństwa wyznaczają również przepisy gier zespołowych i poszczególnych dyscyplin sportowych (lekka atletyka, gimnastyka itp.) oraz regulaminy korzystania z sali gimnastycznej i kompleksów sportowych. W takim ujęciu wymagana jest aktualizacja kompetencji metodycznych przez nauczycieli, instruktorów i trenerów – o nowe przepisy organizacyjne i techniczne.

### **Bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego analizie przyczyn wypadków**

Rozważania teoretyczne nad zagadnieniem wypadkowości skupiają się głównie wokół czynników, które powodują urazy i kontuzje uczniów. Wśród nauczycieli wychowania fizycznego panują różnorodne przekonania co do kontuzji i urazów. Często traktują oni wypadki jako zdarzenie losowe, którego nie można przewidzieć. Można jednak ustalić czynniki zwiększające jego prawdopodobieństwo i na ich podstawie stosować odpowiednią profilaktykę. Element losowy zawsze będzie istniał, ale można oddziaływać na środowisko oraz postawy i zachowania uczniów<sup>5</sup>.

Nauczyciel wychowania fizycznego w swojej pracy pedagogicznej wykonuje różnorodne zadania dydaktyczno-wychowawcze i czynności, które nakierowane są na osiągnięcie określonych efektów. Zapewnienie bezpieczeństwa uczniom wpisane jest w szczególny rodzaj czynności nauczycielskich – czynności zabezpieczające.

Ubezpieczenie jest jednym z podstawowych zadań nauczyciela na lekcji i we wszystkich zajęciach ruchowych. Nauczyciel odpowiedzialny jest:

- za wywieszanie, omówienie i skrupulatne przestrzeganie przepisów bezpieczeństwa (regulaminu korzystania z sali gimnastycznej, hali, pływalni, boiska);
- za takie zabezpieczenie przyrządów i w ogóle warunki do zajęć, aby wypadki, praktycznie biorąc, były niemożliwe; ważnym aspektem tej czynności jest także zaplanowanie każdej lekcji, aby była zgodna z wyznaczonym zadaniem głównym; jeśli nauczyciel prowadzi rozgrywki klasowe w piłkę

---

<sup>4</sup> Podstawa programowa z komentarzami. *Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum*, Warszawa, MEN, 2009, s. 26–34.

<sup>5</sup> OSTROWSKA M., *Bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego, czyli jak skutecznie unikać wypadków*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2008, s. 5.

siatkową, to należy usunąć z miejsca ćwiczeń wszelkie ławeczki i przyrządy stwarzające możliwość doznania kontuzji przez grupę ćwiczącą;

- za bezpośrednie ubezpieczenie uczniów podczas wykonywania ćwiczeń i zadań ruchowych (może także wyznaczyć uczniów współwiczających, lecz muszą to być uczniowie poinstruowani o sposobach ubezpieczenia);
- za systematyczne szkolenie uczniów w zakresie samoochrony<sup>6</sup>.

Odpowiedzialność nauczyciela, instruktora i trenera prowadzącego zajęcia ruchowe z dziećmi i młodzieżą nakierowana jest również na następujące zasady bezpiecznego postępowania:

- prowadzenie pracy wychowawczej w duchu czystej gry; najmniejsze objawy niezdyscyplinowania w czasie treningów, obozów sportowych, wyjazdów i zawodów należy konsekwentnie usuwać;
- zwracanie szczególnej uwagi na organizację zajęć sportowych;
- sprawdzanie każdorazowo przed treningiem i zawodami stanu technicznego sprzętu oraz urządzeń sportowych;
- przestrzeganie bardzo skrupulatnego, właściwego dla danej dyscypliny sposobu nauczania i treningu;
- zapobieganie występowaniu stanów przemęczenia i przetrenowania, obserwowanie reakcji zawodnika na zmęczenie;
- przestrzeganie zasad higieniczno-sanitarnych, dotyczących urządzeń i sprzętu sportowego; wpajanie podopiecznym podstawowych zasad higieny treningu i życia osobistego;
- szczegółowa analiza okoliczności i przyczyn nieszczęśliwych wypadków; natychmiastowe sporządzanie protokółów nieszczęśliwych wypadków i zawiadamianie o zaistniałym fakcie odnośnie władze;
- zapewnianie zawodnikom warunków do udzielania pierwszej pomocy przy zaistnieniu nieszczęśliwych wypadków<sup>7</sup>.

Ponadto do obowiązków nauczyciela należy stosowanie wszelkich dostępnych środków zapobiegających wypadkom, a w szczególności:

- organizowanie odpowiednich warunków zajęć i stosowanie przepisów bezpieczeństwa związanych z realizacją poszczególnych ćwiczeń;
- zapewnienie wzorowej dyscypliny na zajęciach i uświadomienie uczniom niebezpieczeństwa wynikającego z nieprzestrzegania poleceń oraz regulaminów bądź instrukcji korzystania z urządzeń sportowych i regulaminów gier sportowych;

---

<sup>6</sup> Por. STRZYŻEWSKI S., *Proces wychowania w kulturze fizycznej*, Warszawa, WSiP, 1986, s. 109.

<sup>7</sup> LEWANDOWSKI Z., ŚWIERCZYŃSKI Z., *Zapobieganie urazom w sporcie*, Warszawa, Wydawnictwo Sport i Turystyka, 1970, s. 21.

- systematyczne kontrolowanie stanu urządzeń i sprzętu sportowego, natychmiastowe usuwanie z użytku sprzętu uszkodzonego (mimo znanej sytuacji materialnej szkół);
- zwracanie uwagi na stan nawierzchni boiska sportowego, bieżni oraz skoczni lekkoatletycznej, a w razie potrzeby powodowanie niezwłocznego usuwania zauważonych usterek<sup>8</sup>.

W codziennej praktyce pedagogicznej wymienia się najczęściej następujące przyczyny zagrożenia bezpieczeństwa ćwiczących na zajęciach ruchowych:

- przyczyny powstałe z winy nauczyciela,
- przyczyny wypadków z winy ćwiczącego,
- zagrożenie bezpieczeństwa ćwiczących z przyczyn technicznych<sup>9</sup>.

### **Przyczyny wypadków z winy nauczyciela**

Przyczyny wypadków z winy nauczyciela rozpatrywać można w kontekście organizacji lekcji wychowania fizycznego i popełnianych w niej przez nauczycieli błędach. Należy przy tym pamiętać, że opieka nad uczniami obejmuje czas ich przebywania w szatni, do chwili wejścia na salę gimnastyczną i jej opuszczenia.

Z punktu widzenia bezpieczeństwa ćwiczących do najczęściej powtarzanych błędów w organizacji zajęć należą:

- a) przypadkowy podział uczniów na zespoły lub brak takiego podziału w ogóle,
- b) rozmieszczenie ćwiczących zbyt blisko ścian, kaloryferów i innych przeszkód na sali lub boisku (szczególnie niebezpieczne przy grach i zabawach oraz grach sportowych),
- c) nieprzemysłany sposób przenoszenia przyborów i przyrządów,
- d) brak lub zła ochrona przy ćwiczeniach trudnych i niebezpiecznych,
- e) złe przygotowanie do zajęć sprzętu, przyrządów i obiektów,
- f) brak przeglądu przyborów, przyrządów pod kątem ich niezawodności w każdej sytuacji,
- g) nieustalony sposób przychodzenia na zajęcia i wychodzenia z zajęć,
- h) brak dyscypliny<sup>10</sup>.

---

<sup>8</sup> GŁUŚNIEWSKA G., *Bezpieczeństwo uczniów na lekcjach i zajęciach wychowania fizycznego*, „Lider”, 2003, 9, s. 21.

<sup>9</sup> OLSZOWSKI A., *Bezpieczeństwo na zajęciach ruchowych*, [w:] Maszczak T (red.), *Metodyka wychowania fizycznego*, Warszawa, AWF, 1992, s. 163..

<sup>10</sup> STRZYŻEWSKI S., dz. cyt., s. 110–111.

Kolejnym aspektem wypadków z winy nauczyciela jest słaba znajomość uczniów. Pełne zapewnienie bezpieczeństwa ćwiczącym nie jest możliwe bez wszechstronnego ich poznania. Diagnoza jednostkowa powinna mieć nie tylko charakter statyczny, ale przede wszystkim dynamiczny. Powinniśmy więc ćwiczącego poznać nie tylko w zakresie jego poziomu rozwoju somatycznego i motorycznego, predyspozycji i upodobań, ale także mechanizmów zachowań, sposobów reakcji, progów lęku, ryzyka i odwagi. W tej materii najczęściej tkwią przyczyny zachowań i reakcji powodujących powstawanie wypadków. Potrzebna jest permanentna i wnikliwa obserwacja ćwiczącego, zwłaszcza w sytuacjach nietypowych, nieznanach, przy ćwiczeniach o złożonej strukturze, w których istnieje wiele alternatywnych wyborów dróg rozwiązywania zadania ruchowego<sup>11</sup>.

Przyczyną zagrożenia bezpieczeństwa ćwiczących może być także nieznanomość bądź też nieprzestrzeganie obowiązujących przepisów lub przyjętych w tym zakresie ustaleń. Na podstawie dotychczasowej analizy przyczyn i okoliczności powstania wypadków na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych stwierdzić można, że ich liczba byłaby znacznie mniejsza, gdyby prowadzący respektowali obowiązujące tu przepisy, zresztą podobnie jak w życiu codziennym<sup>12</sup>.

Zaniedbania pedagogiczne mogące prowadzić do wypadków szkolnych to także wygórowane ambicje i oczekiwania nauczyciela wobec ucznia w realizacji procesu dydaktyczno-wychowawczego<sup>13</sup>.

W sportach, w których istnieje spektakularny element współzawodnictwa, pojawiają się pewne problemy. Ciekawe, że bardziej dotyczą one nauczycieli i trenerów niż samych wychowanków. Dorośli, nie zdając sobie z tego nawet sprawy, starają się poprzez udział swoich podopiecznych w sporcie spełnić własne ambicje i marzenia. Zapominają, że nie wynik jest tutaj najważniejszy, ale samo uczestnictwo dziecka w zajęciach mających wpływ na jego harmonijny rozwój. Dzieci pytane o powód uczestnictwa w zajęciach sportowych nie wymieniają chęci współzawodnictwa i osiągnięcia doskonałego wyniku wcześniej niż na piątym miejscu. Dla nich najwartościowszy jest sam udział w ćwiczeniach lub grze ze swoimi rówieśnikami, uczucie integracji z grupą. Dopiero gdzieś potem jest miejsce na sportowy sukces, który usatysfakcjonuje opiekunów<sup>14</sup>.

Zgodnie ze współczesnymi tendencjami szkolnej edukacji fizycznej nauczyciel wychowania fizycznego kształtuje osobowość ucznia do ustawicznej aktywności

---

<sup>11</sup> Por. OLSZOWSKI A., *Bezpieczeństwo na zajęciach ruchowych*, [w:] *Metodyka wychowania fizycznego*, Maszczak T. (red.), Warszawa, AWE, 1992, s. 163–164.

<sup>12</sup> Tamże, s. 166.

<sup>13</sup> OSTROWSKA M., dz. cyt., s. 21.

<sup>14</sup> KENNEDY D., FITZGERALD P., *Urazy i kontuzje sportowe u dzieci*, Poznań, Dom Wydawniczy REBIS, 2001, s. 49.

fizycznej w trosce o ciało oraz umożliwia uczniom korzystanie z różnorodnych form aktywności. Jednakże w swojej pracy zawodowej poddawany jest on nieustannej ocenie ze strony władz, rodziców i uczniów. Dyrektor szkoły, oceniając nauczyciela wychowania fizycznego, zwraca szczególną uwagę na jego osiągnięcia sportowe, rodzice oczekują pozytywnych ocen dla swoich pociech, a sami uczniowie pragną realizować swoje indywidualne zainteresowania.

Niewystarczająco mocno akcentuje się w wychowaniu fizycznym te formy aktywności ruchowej i te aspekty sprawności, które są związane ze zdrowiem. Rzadko przestrzegana jest zasada indywidualności, intelektualizacji, prospekcji i przygotowania ucznia do autoedukacji, co w znacznym stopniu utrudnia lub uniemożliwia samodzielną aktywność fizyczną i uczestnictwo w kulturze fizycznej w życiu dorosłym<sup>15</sup>.

Kształtowanie wyniku za wszelką cenę bez uwzględnienia potrzeb i zainteresowań indywidualnych dzieci i młodzieży może prowadzić do sytuacji przemęczenia, zwiększając tym samym ryzyko kontuzji i urazów. W tym również przypadku przyjęcie przez nauczyciela roli sędziego w poszczególnych dyscyplinach sportowych może mieć prewencyjny charakter. Jego znajomość przepisów gry, postawa hamująca wszelkie przejawy ich łamania, likwidowanie objawów brutalności i natychmiastowa reakcja w sytuacjach nieporozumień między zawodnikami w dużym stopniu zmniejsza częstość występowania urazów<sup>16</sup>.

Problematyka wypadkowości w aspekcie kompetencji nauczyciela była przedmiotem badań A. Olszowskiego<sup>17</sup>, który wykazał, że wypadki miały miejsce w przeważającej liczbie na zajęciach prowadzonych przez nauczycieli posiadających najwyższe kwalifikacje zawodowe. Wyjaśnienia tak dużej liczby wypadków na zajęciach prowadzonych przez nauczycieli z wyższym wykształceniem można by szukać na dwóch ząbających się płaszczyznach – stawianie zbyt wygórowanych wymagań uczniom bądź słabe przygotowanie zawodowe w zakresie bezpieczeństwa. Wydaje się, że oba te warianty mają miejsce w rzeczywistości szkolnej. O ile pierwszy – stawianie dużych wymagań uczniom – nie wymaga uzasadnienia, jako zbyt oczywisty, o tyle drugi, dotyczący luk w przygotowaniu zawodowym nauczycieli, budzić może w pewnych kołach kontrowersje. „Okrutnego i teoretycznie niedouczonego wychowawcę trzeba zastąpić wychowawcą biegłym w teoriach rozwoju człowieka i – przy tym – koniecznie dobrym”<sup>18</sup>.

<sup>15</sup> BIELSKI J., *Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego*, Kraków, Impuls, 2012, s. 170.

<sup>16</sup> KRAŚNIK W., *Przyczyny i okoliczności powstawania urazów w wybranych dyscyplinach sportowych oraz ich profilaktyka*, Poznań, Monografia 207, AWF, 1983, s. 101.

<sup>17</sup> OLSZOWSKI M., *Podstawy bezpieczeństwa dzieci i młodzieży na zajęciach wychowania fizycznego w szkole*, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, 1972, nr 4, s. 153.

<sup>18</sup> PAWŁUCKI A., *Rozważania o wychowaniu*, Gdańsk, AWF, 1994, s. 10.

Z powyższych rozważań i empirycznych badań pedeutologicznych można dowiedzieć się wiele o wpływie stylu pracy nauczyciela na rezultaty dydaktyczno-wychowawcze. Natomiast w ujęciu tym zjawisko wypadkowości pozostaje niezbadanym obszarem szkolnego procesu oddziaływań interpersonalnych.

Jednym z najważniejszych zadań i czynności nauczyciela wychowania fizycznego jest dbałość o bezpieczeństwo dzieci, o ich zdrowie i życie na zajęciach lekcyjnych i pozalekcyjnych. Nauczyciel powinien przed lekcją, w czasie trwania lekcji i po jej zakończeniu czuwać nad uczniami, nie pozostawiając ich bez nadzoru<sup>19</sup>. W tym znaczeniu należy stworzyć możliwość monitorowania ćwiczącej młodzieży i dzieci, a w razie stwierdzenia określonych zagrożeń częściej przypominać obowiązujące przepisy i regulaminy. Prowadzący zajęcia powinien zatem dobrze znać przepisy i ustalenia organizacyjne tych związków sportowych, których dyscypliny sportu wchodzi w zakres programu kultury fizycznej.

„Istnieje pilna potrzeba eliminacji błędów jeszcze przed rozpoczęciem samego procesu uczenia. Należy więc tak przygotować proces nauczania, aby już na wstępie eliminować czy znacznie ograniczać możliwości powstawania błędów. Im więcej doświadczenia i wiedzy posiada nauczyciel, tym łatwiej przewidzieć mu możliwości występowania błędów i tym staranniej dobierze on środki zaradcze. Wymaga to jednak nie tylko doświadczenia i wiedzy, ale również refleksji i przemyśleń jeszcze przed rozpoczęciem lekcji, a zatem starannego przygotowania się do niej od strony zapobiegania błędom technicznym”<sup>20</sup>.

Nauczyciel wychowania fizycznego w swoich czynnościach pedagogicznych jest osobą odpowiedzialną nie tylko za bezpieczeństwo fizyczne uczniów, ale także staje się opiekunem stymulującym równowagę psychologiczną grupy w sferze prewencji zajęć dydaktycznych. Profilaktyka pedagogiczna, jako działanie zapobiegające powstawaniu wypadków szkolnych, powinna obejmować nie tylko sferę dydaktyki, ale również cały obszar wychowania w sensie działań zabezpieczających i normujących sytuacje problemowe i niebezpieczne<sup>21</sup>.

### **Przyczyny wypadków z winy ćwiczącego**

Analizując czynniki psychologiczne mogące istotnie korelować z wypadkowością szkolną na wstępie należy nadmienić, że w literaturze z zakresu teorii wychowania fizycznego i sportu szkolnego ta strona zagadnienia ujmowana jest

---

<sup>19</sup> BRONIKOWSKI M. (red.), *Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole*, Poznań, eMPI<sup>3</sup>, 2002, s. 83.

<sup>20</sup> CZABAŃSKI B., *Wybrane zagadnienia uczenia się i nauczania techniki sportowej*, Wrocław, AWF, 1998, s. 127.

<sup>21</sup> OSTROWSKA M., dz. cyt., s. 15.

dość ogólnikowo, z taksonomiczną tendencją określaną mianem „wypadki z winy ucznia”. Do głównych czynników w tej grupie można zaliczyć poniższe:

- Brak dyscypliny przy wykonywaniu poszczególnych ćwiczeń. Uczeń nie respektuje wskazówek nauczyciela, bagatelizuje polecenia prowadzącego, starając się ćwiczyć według własnego uznania.
- Przeżycia osobiste. Kłopoty rodzinne, niepowodzenia szkolne, dłuższa choroba oraz skrajnie nadmierna radość ogólnie nie sprzyjają bezpieczeństwu ćwiczących.
- Brak rozgrzewki. Rozgrzewka podwyższa czynności procesów nerwowych, skraca czas dostosowania się organizmu do optymalnego wysiłku, podnosi sprawność układu oddechowego, krążenia, termoregulacji. Uczeń symulując rozgrzewkę lub wykonując ją niedbale, znacznie podnosi ryzyko wystąpienia określonego urazu.
- Znużenie. Obniżenie samokontroli, które wypływa ze znużenia, prowadzi do błędów, które mogą być przyczyną nieszczęśliwych wypadków.
- Strach. Trzeba pamiętać, że przysposobienie ćwiczących do sytuacji trudnych i niebezpiecznych na drodze praktycznego działania, a nie teoretycznych rozwiązań, nie może mieć nic wspólnego z ryzykanctwem za wszelką cenę. Strach bowiem paraliżuje ruchy ćwiczącego, utrudnia właściwe wykonanie pewnych faz ruchowych, uniemożliwia pełną koncentrację uwagi oraz nie pozwala na obiektywną ocenę sytuacji.
- Niehigieniczny tryb życia. Wyróżnić tu możemy: złe i nieregularne odżywianie, brak snu, przeciążenie dziecka pracą w szkole lub zbyt wieloma obowiązkami domowymi. Wśród młodzieży starszej natomiast: nikotynizm, nadmierne spożywanie alkoholu, narkomania. Bez wątplenia fundamentalnym i najpoważniejszym skutkiem psychicznym każdego uzależnienia może być: utrata wartości moralnych, agresja i drażliwość, trudności w logicznym myśleniu, spowolnienie toku myślenia, brak wytrwałości w realizowaniu zamierzonych celów, trudności w nauce. Wymienione elementy wpływają pośrednio lub bezpośrednio na zwiększone ryzyko wypadkowości podczas zajęć wychowania fizycznego.
- Pochopne lub nieprzemyślane ćwiczenia. U dziecka pochopnego niektóre czynności ruchowe nie są pod ścisłą kontrolą centralnego układu nerwowego. Stan taki sprzyja powstaniu wypadku.
- Uprzedzenie do wykonania ćwiczenia. Jeśli dziecka ma uprzedzenie do ćwiczenia, a ćwiczy jedynie pod presją nauczyciela, łatwo jest o wypadek.
- Trema lub przedstartowa gorączka. Objawem tremy lub gorączki przedstartowej są mniej skoordynowane ruchy, pocenie się, drżenie mięśni i palców. Zadaniem nauczyciela będzie złagodzenie stanów przedstartowych m.in. przez odwracanie uwagi ćwiczącego od czekającego go wysiłku.



- Brak znajomości zasad samoochrony. Przed wypadkiem zabezpieczyć może ćwiczącego przede wszystkim umiejętność samoochrony. Umiejętności tej należy uczyć przed każdym trudniejszym ćwiczeniem<sup>22</sup>.

A. Olszowski przyczyny wypadków z winy ćwiczącego określa poprzez:

- dowolność wykonania ćwiczenia,
- nieprzestrzeganie elementów prawidłowej percepcji, decyzji i działania,
- zmęczenie jako rezultat przeciążenia fizycznego i psychicznego<sup>23</sup>.

Rozpatrując przyczyny wypadków związane z osobowością ucznia, można wyróżnić cechy zachowań powodujące bezpośrednio zagrożenie i wypadki na lekcjach wychowania fizycznego. Przedstawia je poniższa tabela.

Tabela 1. Co według Pani (Pana) stanowi najbardziej niepożądane cechy u ćwiczących uczniów w trakcie realizacji lekcji?

Możliwości odpowiedzi	Ogółem	Straż pracy				Wykształcenie	
		5 lat i mniej	6-10 lat	11-19 lat	20 lat i więcej	Kierunek WF	Kierunek WF + inne specjalności
a	56,6	48,0	54,5	65,9	52,0	58,7	51,0
b	15,3	28,0	9,1	9,8	20,0	17,3	14,3
c	11,3	8,0	9,1	14,6	12,0	2,7	22,4
d	63,7	56,0	78,8	75,6	60,0	72,0	67,3
e	16,1	12,0	21,2	12,2	16,0	10,7	20,4
f	15,3	28,0	9,1	14,6	16,0	13,3	18,4
g	41,1	28,0	51,5	43,9	40,0	42,7	38,8
h	9,7	8,0	12,1	9,8	4,0	10,7	8,2
i	7,3	12,0	6,1	4,9	8,0	8,0	6,1
j	24,2	12,0	30,3	29,3	20,0	28,0	16,3
k	2,4	-	-	2,4	8,0	4,0	-

Źródło: badania własne.

(N = 201; dane w %)

- a – nieuwaga, roztargnienie, nieśmiałość,
- b – przekora i upór wobec prowadzącego zajęcia,
- c – brak orientacji przestrzennej oraz przewidywania sytuacji niebezpiecznych,
- d – obojętność, lekkomyślność, beztroška,
- e – opóźnione spostrzeżenia niebezpieczeństwa,

<sup>22</sup> STRZYŻEWSKI S., dz. cyt., s. 112–114.

<sup>23</sup> OLSZOWSKI A., dz. cyt., s. 172.

- f – przytępiona czujność, nierozważna odwaga, nieostrożność,
- g – niedbalstwo, nieporządek,
- h – ociężałość, niezaradność, niezręczność,
- i – brak opanowania, przytomności umysłu, odwagi,
- j – bojaźliwość, lęk, strach i trema,
- k – nie mam zdania na ten temat.

W ocenie badanych większość wypadków szkolnych (w ujęciu domyślnym) wynika głównie z obojętności, lekkomyślności i bez troski uczniów (63,7%). Nieuwaga, roztargnienie, nieśmiałość (56,6%) wraz z niedbalstwem i nieporządkiem to również ważne cechy wzmagające sytuacje zagrażające bezpieczeństwu podczas zajęć. Zatem w pedagogicznych relacjach procesu wychowania fizycznego funkcja instruktazowo-wychowawcza powinna konfrontować spontaniczne reakcje ucznia z ukierunkowywaniem go na właściwe postawy, związane z submisją i odpowiedzialnością jednostki za dobro ogółu. Niezwykle ważną rzeczą w dotarciu do rozsądnego zachowania eliminującego lekkomyślność, bez troskę i inne tego typu niepożądane cechy dzieci i młodzieży powinno być wdrażanie do edukacji fizycznej odpowiednich strategii i aktualnych nurtów wychowawczych<sup>24</sup>.

Motywami niewłaściwego zachowania się uczniów z mylnymi celami ukierunkowującymi ich zachowanie są najczęściej postawy wyrażające chęci:

- zwrócenia na siebie uwagi,
- zyskiwania władzy,
- zemśczenia się lub wyrównania rachunków,
- ujawniania własnych niedostatków<sup>25</sup>.

W praktyce szkolnej najczęściej wygląda to – odnośnie poszczególnych postaw – w następujący sposób:

- Uczeń manifestuje swoją wysoką sprawność fizyczną (np. „ja to potrafię, inni natomiast nie”). Przy poleceniu „wspinamy się po linie przy użyciu rąk i nóg” uczeń wspina się na samych rękach, ponadto po wspięciu się wisi na jednej ręce, co może spowodować upadek lub nadwężenie ścięgien kończyny górnej.
- Uczeń myśli, że akceptację można zyskać tylko wtedy, kiedy jest się „szefem” lub kieruje się grupą. Walka o władzę i sprawowanie kontroli doprowadza często do bójk lub innych zachowań agresywnych, mogących skończyć się wypadkiem.
- Mściwość dzieci w sytuacjach szkolnych najczęściej przejawia się w dokuczaniu innym. Chodzi tutaj o efekt drażnienia i denerwowania innego

---

<sup>24</sup> OSTROWSKA M., dz. cyt., s. 84.

<sup>25</sup> Por. ROBERTSON J., *Jak zapewnić dyscyplinę, ład i uwagę w klasie*, Warszawa, WSiP, 1998, s. 109.

ucznia, nie uciekając się do okrucieństwa fizycznego, a poprzestając na psychicznym. Prześladowany wychowanek pod wpływem stresu może popełniać określone błędy na lekcji wychowania fizycznego, co doprowadzić może do wypadku.

- Ujawnianie własnych niedostatków ucznia przejawia się najczęściej unikaniem zleconej pracy na lekcji. Przykładowo podczas gry szkolnej uczniów, nie biorąc udziału w akcji, stojąc biernie, stanowi zagrożenie dla innych grających, którzy mogą na niego „wpaść”<sup>26</sup>.

### Przyczyny wypadków o charakterze technicznym

Do przyczyn wypadków o charakterze technicznym zaliczamy w pierwszym rzędzie nieprzygotowane należycie do zajęć obiekty sportowe, niedostateczne wyposażenie w sprzęt i ubiór ćwiczącego, zły stan rozbiegu, miejsce odbicia, nierówna nawierzchnia bieżni, zły stan lodu, tras narciarskich, tępe łyżwy, niedopasowane obuwie i ubiór, brak ochraniaczy itp.<sup>27</sup> Klasyfikacja ta stanowi punkt wyjścia do refleksji pedagogicznej każdego nauczyciela wychowania fizycznego i choć autor zapisał ją dwadzieścia lat temu, tego typu niedociągnięcia techniczne spotykamy nadal w wielu szkołach. Pomimo tego, iż większość szkół w Polsce dysponuje wspaniałą bazą w postaci orlików, nadal w wielu z nich nie istnieje zaplecze lekkoatletyczne, a jeśli istnieje, to jego stan techniczny niekoniecznie spełnia kryteria bezpieczeństwa.

Aby zajęcia wychowania fizycznego przynosiły zamierzone rezultaty, muszą być organizowane w szkole racjonalnej, zbudowanej i wyposażonej zgodnie z wymogami sanitarno-higienicznymi. W przypadku błędów w tej materii niemożliwe będzie uzyskiwanie maksymalnych efektów zdrowotno-wychowawczych, przeciwnie – będzie to sprzyjało powstawaniu rozmaitych wypadków<sup>28</sup>. Poziom zabezpieczenia materialno-technicznego (sprzęt sportowy, urządzenia), a zwłaszcza indywidualne środki ochrony posiadają szczególnie ważne znaczenie. Braki w tym zakresie w całym szeregu przypadków stanowią jedną z najważniejszych przyczyn powstawania urazów, co wyraźnie daje się we znaki w grupie dyscyplin wymagających szczególnie wysokiej koordynacji ruchowej i w sportowych grach zespołowych<sup>29</sup>.

---

<sup>26</sup> OSTROWSKA M., dz. cyt., s. 29.

<sup>27</sup> STRZYŻEWSKI S., dz. cyt., s. 114.

<sup>28</sup> SYGIT M., KŁADNA A., KŁADNY J. (red.), *Wypadkowość na zajęciach wychowania fizycznego*, Szczecin, Wydawnictwo US, 1995, s. 10.

<sup>29</sup> BASZKIROW W.F., *Przyczyny powstawania urazów i ich profilaktyka*, „Trening – Kwartalnik Metodyczno-Szkoleniowy”, 1990, nr 1/5, s. 89.

Zagrozenie bezpieczeństwa ćwiczacych spowodowane warunkami technicznymi zaliczyć nalezy do najmniej licznych, chociaz przeprowadzone badania wsród nauczycieli wychowania fizycznego – między innymi co do spełnienia wymogów bezpieczeństwa przyszkolnych obiektów sportowych – świadczą o czym innym. Otóż zdaniem 51,3% respondentów przyszkolne obiekty sportowe odpowiadają wymogom bezpieczeństwa, zaś 48,7% respondentów uznało, że wymogów takich nie spełniają. Uzasadniając swoją negatywną ich ocenę, nauczyciele wymieniali najczęściej jako powód:

- złą nawierzchnię i złe usytuowanie boiska,
- zbyt małą salę, śliską podłogę, niezabezpieczone grzejniki i piece,
- mało stabilne bramki do piłki ręcznej,
- brak pomocniczych pomieszczeń na przyrządy,
- zdewastowaną i niepełną skocznię lekkoatletyczną,
- niebezpieczną nawierzchnię ślizgawki przyszkolnej,
- niekonserwowane bieżnie,
- mało stabilne stojaki do skoku wzwyż<sup>30</sup>.

W programie wychowania fizycznego znajduje się obszar *Sporty całego życia i wypoczynek*, w którym swoje miejsce odnajdują między innymi gry zespołowe. W siatkówkę i koszykówkę gra się na boisku o regularnych wymiarach i niewielkiej powierzchni. Można je zatem szybko, bez problemu sprawdzić. Ważne jest, by linie były dobrze oznaczone i żeby w ich pobliżu nie było przedmiotów, na które mogliby wpaść zawodnicy. Wiele boisk do siatkówki umieszczonych jest w małych salach gimnastycznych, w których między linią boiska a ścianą nie ma zbyt wiele miejsca. Skoncentrowany na grze zawodnik może wpaść na ścianę i doznać wielu urazów. Jeśli już nic innego nie można zrobić, należy przynajmniej usunąć ewentualne ławki, stoły lub krzesła stojące wokół boiska<sup>31</sup>.

Przyczyny wypadków o charakterze technicznym korelują bezpośrednio z obowiązkami osób prowadzących zajęcia, które to między innymi powinny:

- wykazywać stałą troskę o należyty stan urządzeń, przyrządów, przyborów i miejsc prowadzenia zajęć ruchowych, kontrolować ich stan,
- kontrolować przed zajęciami stan techniczny instalacji ułatwiających trening (wyciągi, plansze, zeskoki, maty, sprzęt pływający itp.),
- usuwać uchybienia w wyposażeniu obiektów treningu i ćwiczeń oraz zgłaszać (w razie konieczności pisemnie) braki wymagające naprawy,
- sprawdzać prawidłowość wyposażenia osobistego w sportach lub ćwicze-

<sup>30</sup> OLSZOWSKI A., dz. cyt., s. 173.

<sup>31</sup> Por. KENNEDY D., FITZGERALD P., dz. cyt., s. 164.

niach wymagających ochrony oraz kompletności i właściwego doboru odzieży i obuwia<sup>32</sup>.

Nauczyciele wychowywania fizycznego powinni również pamiętać, iż „całe wyposażenie techniczne, a więc obiekt sportowy, przyrządy i przybory są wprawdzie pomocne i niezbędne w nauczaniu ćwiczeń, ale równocześnie w ich kształtach, funkcjach założonych, materiale, z którego je zrobiono, tkwi stałe niebezpieczeństwo spowodowania urazów i kontuzji”<sup>33</sup>.

Utrzymanie bezpieczeństwa w zakresie całego zaplecza technicznego i środków dydaktycznych to zadanie nie tylko dla nauczyciela wychowania fizycznego, ale również dla dyrektora szkoły. Jeśli zostaną zauważone jakiegokolwiek niedociągnięcia i usterki w kwestii bazy technicznej, należy je zgłaszać bezpośrednio do dyrektora szkoły. Dotyczy to zarówno sali gimnastycznej, boiska, pływalni, jak również wyposażenia w postaci przyborów i przyrządów.

### **Bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego w praktyce**

Podstawa programowa wychowania fizycznego na wszystkich etapach edukacji podkreśla bezpieczeństwo w zakresie aktywności fizycznej i zdrowia. Tak więc powinnością każdego nauczyciela jest nauczanie i wychowywanie w celu utrzymywania nawyków zorganizowanego bezpieczeństwa. M. Demel zaproponował termin „wychowanie do bezpieczeństwa”, uważając, że: „młodzieży nie da się odizolować od źródeł niebezpieczeństwa. Trzeba ją uodpornić i wychować! Wychowanie to powinno zmierzać nie tylko do ukształtowania wiedzy, lecz także – i to przede wszystkim – do wyrobienia właściwego stosunku do ochrony życia i zdrowia własnego i cudzego oraz do ukształtowania właściwych nawyków postępowania w życiu codziennym i pracy, a także umiejętności obserwacji otoczenia”<sup>34</sup>. W takim ujęciu priorytetem dla nauczyciela i nadzoru pedagogicznego jest aktualizacja wiedzy w zakresie zapobiegania wypadkom i urazom na terenie szkoły, uwzględniająca głównie ich przyczyny.

Współczesna szkoła, a tym samym nauczyciele, jest bardzo mocno poddawana ocenie ze strony środków masowego przekazu. Dla uwrażliwienia nauczycieli wychowania fizycznego na problem zapewnienia bezpieczeństwa autorzy przytaczają streszczenie popularnego programu *Uwaga!* telewizji TVN z dnia 17.02.2014 r.:

---

<sup>32</sup> ŁOBOŻEWICZ T., *Bezpieczeństwo, higiena i ochrona zdrowia w sporcie, w wychowaniu fizycznym i turystyce*, Warszawa, Wydawnictwo Sport i Turystyka, 1978, s. 21.

<sup>33</sup> LACHOWICZ L., *Zanim zdarzy się wypadek*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, 1990, nr 6, s. 115.

<sup>34</sup> DEMEL M., *O wychowaniu zdrowotnym*, Warszawa, PZWS, 1968, s. 158.

„Oskarżony za grę w koszykówkę. W technikum odbywał się turniej międzyklasowy w koszykówkę. Podczas wykonywania dwutaktu chłopiec z drugiej klasy technikum doznaje urazu ze strony kolegi, który nagle odwraca się w jego kierunku i uderza go kolanem. Sędziujący dwaj nauczyciele nie dostrzegają tego faktu, a sam uczeń, który doznał kontuzji, nie wykazuje oznak wypadku. Dopiero po kilku dniach matka uszkodzonego chłopca udaje się z nim do szpitala, gdzie stwierdza się pęknięcie jądra u chłopca. Matka zgłasza sprawę na policję przeciwko koledze z klasy. Toczy się postępowanie karne przeciwko uczniowi. Sąd uniewinnia, matka się odwołuje i sąd dalej toczy sprawę karną. Nauczyciele wychowania fizycznego nie widzą powodu do procesu i mówią, że im głupio, że przecież to był nieszczęśliwy wypadek. Dyrektor mówi, że sprawa jego nie dotyczy, a on sam nie ma narzędzi, żeby walczyć z sądem. Chłopak pozostawiony sam sobie rezygnuje z gry w piłkę nożną w klubie, a ten, który jest oskarżony, przeżywa depresję”.

Analiza tego trudnego przypadku jest odzwierciedleniem tezy, iż wypadek zaczyna się na sali gimnastycznej lub poza nią, a jego konsekwencje trwają niekiedy całe życie.

Z psychologicznego punktu widzenia każdy – nauczyciel, uczeń, rodzic – woli bezpieczną i dającą się przewidzieć rzeczywistość, w której nie zdarzają się sytuacje niedające się kontrolować, chaotyczne lub niebezpieczne i w której istnieją opiekunowie chroniący przed doznaniem krzywdy.

Bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego w *Informacji o wynikach kontroli* Naczelnej Izby Kontroli z 2013 r.

Najwyższa Izba Kontroli w skontrolowanych szkołach ocenia negatywnie organizację i efekty kształcenia wychowania fizycznego.

1. Programy nauczania w ponad połowie skontrolowanych gimnazjów oraz w co piątej szkole podstawowej (w klasach I–III) nie uwzględniały pełnej treści kształcenia podstawy programowej wychowania fizycznego z 2008 r.
2. W jednej czwartej szkół nie przeprowadzono obowiązującego wymiaru godzin zajęć wychowania fizycznego oraz nie przestrzegano liczebności grup ćwiczeniowych.
3. W blisko jednej piątej szkół podstawowych (w klasach I–III) oraz w ponad dwóch trzecich gimnazjów nie zrealizowano wszystkich wymagań określonych w nowej podstawie programowej przedmiotu, co nie pozwoliło w pełni osiągnąć efektów kształcenia dotyczących zwłaszcza promowania zdrowego trybu życia oraz umiejętności interpersonalnych i społecznych.

W ponad połowie szkół nie podejmowano wystarczających działań służących zapewnieniu uczniom bezpiecznych warunków podczas zajęć wychowania fizycznego. Stwierdzone w tym obszarze nieprawidłowości polegały na użytkowaniu

obiektów i urządzeń sportowych znajdujących się w wadliwym stanie technicznym oraz nieposiadających odpowiednich atestów i certyfikatów. Ponadto jedna piąta nauczycieli nie ukończyła szkolenia dotyczącego udzielania pomocy przedlekarskiej. Nie przestrzegano również procedury obowiązującej w sytuacji wypadku na zajęciach wychowania fizycznego<sup>35</sup>.

### Podsumowanie i wnioski

Najistotniejszą kwestią w zapewnieniu bezpieczeństwa podczas zajęć wychowania fizycznego jest dokładna znajomość ogólnych zasad postępowania i minimalizowania prawdopodobieństwa wystąpienia sytuacji niebezpiecznych. W związku z powyższym nauczyciele wychowania fizycznego, instruktorzy i trenerzy powinni:

- realizować zajęcia zgodnie z podstawą programową wychowania fizycznego i programem nauczania,
- organizować zajęcia dostosowane do indywidualnych możliwości i zainteresowań ćwiczących,
- zapewniać podopiecznym wielostronne formy aktywności fizycznej nakierowane na osiągnięcie sukcesu przez każdego ucznia,
- na bieżąco prowadzić diagnozę stanu zdrowia uczniów i diagnozę wychowawczą w celu projektowania skutecznych oddziaływań dydaktyczno-wychowawczych,
- zapewniać stałą kontrolę i świadomą dyscyplinę podczas zajęć,
- zapewniać właściwą pomoc i ochronę w czasie wykonywania trudnych ćwiczeń,
- nie dopuszczać do stanów przemęczenia i przetrenowania,
- prowadzić zajęcia zgodnie z zasadami bhp wynikającymi z właściwych rozporządzeń oraz regulaminów,
- aktualizować kompetencje metodyczne i merytoryczne w zakresie znajomości przepisów gier zespołowych i wybranych dyscyplin w obszarze sportów całego życia i wypoczynku,
- na bieżąco dokonywać kontroli stanu technicznego sali gimnastycznej i obiektów sportowych, a zaistniałe niedociągnięcia zgłaszać dyrektorowi szkoły.
- zapewniać odpowiednią organizację wyjazdów na zawody i sprawowanie odpowiedzialnej opieki w trakcie ich trwania.. Niewskazany jest dowóz

---

<sup>35</sup> NIK, *Informacja o wynikach kontroli. Wychowanie fizyczne i sport*, 2013, <https://www.nik.gov.pl/plik/id,5655,vp,7321.pdf> [dostęp: 17.09.2016].

uczniów samochodem własnym nauczyciela. Zaleca się korzystanie ze środków masowego transportu. Natomiast sprawowanie właściwej opieki podczas zawodów szkolnych dotyczy między innymi przydziału przez dyrektora szkoły dwóch opiekunów grupy (dotyczy to zwłaszcza sytuacji, gdy jeden z opiekunów pełni dodatkowo w czasie zawodów rolę sędziego).

#### BIBLIOGRAFIA

- BASZKIROW W.F., *Przyczyny powstawania urazów i ich profilaktyka*, „Trening – Kwartalnik Metodyczno-Szkoleniowy”, 1990, nr 1/5, s. 89.
- BIELSKI J., *Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego*, Kraków, Impuls, 2012.
- BRONIKOWSKI M. (red.), *Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole*, Poznań, Wydawnictwo eMPI<sup>2</sup>, 2002.
- CZABAŃSKI B., *Wybrane zagadnienia uczenia się i nauczania techniki sportowej*, Wrocław, AWF, 1998.
- DEMEL M., *O wychowaniu zdrowotnym*, Warszawa, PZWS, 1968.
- GLUŚNIEWSKA J., *Bezpieczeństwo uczniów na lekcjach i zajęciach wychowania fizycznego*, „Lider”, 2003, nr 9, s. 21.
- KENNEDY D., FITZGERALD P., *The Children's Sports Injuries Handbook*, Sydney, Harper Collins Publishers, 1994.
- KRAŚNIK W., *Przyczyny i okoliczności powstawania urazów w wybranych dyscyplinach sportowych oraz ich profilaktyka*, Poznań, Monografie nr 207, AWF, 1983, s. 101.
- LACHOWICZ L., *Zanim zdarzy się wypadek*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne”, 1990, nr 6, s. 115.
- LEWANDOWSKI Z., ŚWIERCZYŃSKI Z., *Zapobieganie urazom w sporcie*, Warszawa, Wydawnictwo Sport Turystyka, 1970.
- ŁOBOŻEWICZ T., *Bezpieczeństwo, higiena i ochrona zdrowia w sporcie, w wychowaniu fizycznym i turystyce*, Warszawa, Wydawnictwo Sport i Turystyka, 1978.
- MASZCZAK T. (red.), *Metodyka wychowania fizycznego*, Warszawa, AWF, 1992.
- NIK, *Informacja o wynikach kontroli. Wychowanie fizyczne i sport*, 2013, <https://www.nik.gov.pl/plik/id,5655,vp,7321.pdf> [dostęp: 17.09.2016].
- OLSZOWSKI A., *Bezpieczeństwo na zajęciach ruchowych*, [w:] Maszczak T (red.), *Metodyka wychowania fizycznego*, Warszawa, AWF, 1992, s. 163–173.
- OLSZOWSKI A., *Problemy bezpieczeństwa dzieci i młodzieży na zajęciach wychowania fizycznego w szkole*, „Wychowanie Fizyczne i Sport”, 1972, nr 4, s. 153.
- OSTROWSKA M., *Bezpieczeństwo na lekcjach wychowania fizycznego, czyli jak skutecznie unikać wypadków*, Toruń, Wydawnictwo Adam Marszałek, 2008.
- PAWŁUCKI A., *Rozważania o wychowaniu. Wykłady z teorii wychowania fizycznego*, Gdańsk, AWF, 1994.
- Podstawa programowa z komentarzami*, t. 8, *Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum*, Warszawa, MEN, 2009.



- ROBERTSON J., *Jak zapewnić dyscyplinę, ład i uwagę w klasie*, Warszawa, WSiP, 1998.
- STRZYŻEWSKI S., *Proces wychowania w kulturze fizycznej*, Warszawa, WSiP, 1986.
- ŚNIADECKI J., *O fizycznym wychowaniu dzieci*, Kraków, AWF, 2002.
- SYGIT M., KŁADNA A., KŁADNY J. (red.), *Wypadkowość na zajęciach wychowania fizycznego*, Szczecin, Wydawnictwo US, 1995.
- Rozporządzenie MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 69 z późniejszymi zmianami).
- Rozporządzenie MEN w sprawie ramowych planów nauczania szkół publicznych (Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572 z późniejszymi zmianami).
- Znowelizowana karta nauczyciela po zmianach z 28 maja 2013 r.*, Poznań, Wydawnictwo eMPI<sup>2</sup>, 2013.
- Znowelizowana ustawa o systemie oświaty po zmianach z 27 września 2013 r.*, Poznań, Wydawnictwo eMPI<sup>2</sup>, 2013.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Cena wygranej czyli słów parę o bezpieczeństwie w czasie zajęć sportowo-ruchowych.

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut.

### 3. Cel główny:

- Nabywanie umiejętności dotyczących bezpiecznego zachowania się młodzieży podczas zajęć sportowo-ruchowych.

### 4. Cele szczegółowe:

- Kształtowanie wiedzy na temat bezpiecznego zachowania się podczas zajęć sportowo -ruchowych.
- Wdrażanie zasad fair play.
- Nabywanie umiejętności pracy w grupie.
- Kształtowanie umiejętności przyjmowania przegranej.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Rodzaje niebezpieczeństw związanych z zajęciami sportowo-ruchowymi.
- Zasady bezpieczeństwa praktykowane na zajęciach sportowo-ruchowych.
- Skutki niestosowania się do zasad związanych z bezpieczeństwem.
- Zasady fair play - na czym polegają, czy warto je stosować.
- Jak radzić sobie z uczuciami związanymi z przegraną, terminologia „przegranej”.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające: pogadanka, prezentacja multimedialna, wykład konwersatoryjny, wypowiedź ustna,
- Metody poszukujące: dyskusja, burza mózgów, drzewko decyzyjne, rundka,
- Filmoterapia,
- Metody ćwiczeniowe.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Laptop,
- Rzutnik,
- Płyta z filmem,

- Tablica, pisaki,
- Kartki A 4,
- Kolorowe pisaki.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Przywitanie, wprowadzenie dobrej atmosfery do zajęć
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, opis, metoda ćwiczeniowa
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów i proponuje krótka zabawę „Kto tak jak ja .....?”. Nauczyciel stoi w środku, uczniowie siedzą w kole. Nauczyciel inicjuje zabawę: „Kto tak jak ja ma dziś na sobie coś niebieskiego?” Wszyscy uczniowie posiadający na sobie coś niebieskiego muszą zamienić się krzesłami, nauczyciel także próbuje usiąść. Osoba, dla której zabrakło krzesła stoi w środku koła i kontynuuje zabawę
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i aktywnie uczestniczą w proponowanej zabawie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, stoliki pod ścianą ustawione w stanowiska robocze

Treści kształcenia	Rodzaje niebezpieczeństw związane z zajęciami sportowo – ruchowymi
Metody realizacji	Pogadanka, dyskusja
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza uczniów temat zajęć i zadaje pytanie, na co należało zwrócić uwagę podczas wcześniejszej krótkiej zabawy ruchowej
Czynności uczestników	Uczniowie wypowiadają się na zadane pytanie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Zasady fair play - na czym polegają, czy warto je stosować? Jak radzić sobie z uczuciami związanymi z przegraną, terminologia „przegranej”
Metody realizacji	Filmoterapia
Czas trwania	5 minut

Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik, płyta z filmem
Czynności prowadzącego	Nauczyciel odtwarza dwa krótkie filmiki z zajęć sportowo -ruchowych. Oba ukazują tę samą sytuację: w czasie biegu z przeszkodami jeden z uczniów przewraca się mocno uderzając kolanem w krawężnik. Widać, że bardzo cierpi. Film ukazuje zachowanie się mijających go uczniów: film nr 1 – uczniowie mijają kolegę, ścigając się o wygraną, film nr 2 – jeden z uczniów zatrzymuje się udzielając koledze wsparcia i wzywając pomoc, tym samym „przegrywa” wyścig
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają prezentowane przez nauczyciela filmy
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Zasady fair play – na czym polegają, czy warto je stosować? Jak radzić sobie z uczuciami związanymi z przegraną, terminologia „przegranej”
Metody realizacji	Burza mózgów, drzewko decyzyjne
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli klasę na 5 osobowe zespoły. Rozdaje zespołom kartki i pisaki a następnie prosi o opracowanie za pomocą drzewka decyzyjnego wszystkich skutków wyborów uczniów uczestniczących w biegu
Czynności uczestników	Uczniowie dzielą się na zespoły i w grupach opracowują zadanie wyznaczone przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą w stanowiska robocze

Treści kształcenia	Zasady fair play - na czym polegają, czy warto je stosować? Jak radzić sobie z uczuciami związanymi z przegraną, terminologia „przegranej”
Metody realizacji	Dyskusja, prezentacja, wypowiedzi ustna
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi o zaprezentowanie stanowisk poszczególnych grup i inicjuje dyskusję: „Co to są zasady fair play, czy warto je stosować, czym jest „wygrana?”. Wszystkie pomysły zostają odnotowane na tablicy

Czynności uczestników	Przedstawiciele grup prezentują efekty wykonanego zadania. Następnie uczniowie aktywnie uczestniczą w dyskusji zainicjowanej przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Rodzaje niebezpieczeństw związane z zajęciami sportowo- ruchowymi. Zasady bezpieczeństwa praktykowane na zajęciach sportowo- ruchowych. Skutki niestosowania się do zasad związanych z bezpieczeństwem
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, mini wykład konwersatoryjny
Czas trwania	15 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel na przykładzie wybranych wdarzeń ukazuje sytuacje, które mogą rodzić niebezpieczeństwo. Informuje, że wielu z tych sytuacji można uniknąć poprzez stosowanie się do instrukcji na zajęciach oraz zwracanie uwagi nie tylko na wygraną, ale także na sposób w jaki się wygrywa, a zatem na stosowanie zasad fair play
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w wykładzie konwersatoryjnym
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Terminologia „wygranej”
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, rundka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje rundkę: „Wygrana dla mnie to...”
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei wypowiadają się kończąc rozpoczęte przez nauczyciela zdanie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Podsumowanie zajęć, docenienie zaangażowania uczniów
Metody realizacji	Pogadanka podsumowująca

Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje uczniom za zaangażowanie, podsumowuje zajęcia zwracając uwagę na przestrzeganie zasad bezpiecznej rywalizacji, jako elementu profilaktyki wielu potencjalnych wypadków
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedź ustna uczniów.

Przemysław Ziółkowski  
Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy

## PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA W SZKOŁACH I PLACÓWKACH OŚWIATOWO-WYCHOWAWCZYCH

Troska o bezpieczeństwo uczniów jest jednym z podstawowych zadań szkoły. Zgodnie z obowiązującym Rozporządzeniem MENiS z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 69) zapewnienie bezpiecznych warunków pobytu w szkole należy przede wszystkim do dyrektora szkoły, a także nauczycieli. Dyrektor szkoły oraz nauczyciele zobowiązani są do stworzenia warunków bezpiecznego pobytu dzieci nie tylko w placówce, ale również poza nią – np. w trakcie zajęć realizowanych poza terenem szkoły (podczas wycieczek szkolnych, półkolonii, kolonii, biwaków, obozów, rajdów itp.)<sup>1</sup>.

Niestety, pomimo zapewnienia odpowiednich warunków może dojść do nieszczęśliwego wypadku. Najbardziej dokładne wypełnianie zaleceń i norm BHP nie zapobiegnie wypadkom całkowicie. Co prawda, im bardziej doskonała jest struktura organizacyjna szkoły, tym mniejsza ogólna liczba wypadków, jednocześnie wzrasta jednak w ogólnej liczbie wypadków udział tych spowodowanych niebezpiecznymi zachowaniami uczniów. Dzieci bowiem często nie zdają sobie sprawy z zagrożeń, które stwarzają określone zachowania.

W takich warunkach niebagatelną rolę odgrywa umiejętność udzielenia pierwszej pomocy. Obowiązek udzielenia natychmiastowej pomocy dotyczy każdego pracownika szkoły, to jednak nauczyciel jest osobą, od której oczekuje się sprawnego działania i właściwej reakcji na zaistniałą sytuację zagrożenia zdrowia lub życia swoich podopiecznych. Wiedza w zakresie pomocy przedmedycznej jest jednak często nieaktualna i niewystarczająca, bowiem co 5 lat zmieniają się wytyczne Europejskiej Rady Resuscytacji, a system szkoleń z pierwszej pomocy

<sup>1</sup> DĄBROWSKA J., JĘDRZEJEWSKA., *Pierwsza pomoc przedmedyczna w szkole. 19 procedur i algorytmów postępowania. Przewodnik dla nauczycieli*, Gdańsk, wyd. ODDK, 2013, s. 5.

nie zapewnia nauczycielom możliwości aktualizacji wiedzy na wystarczającym poziomie<sup>2</sup>.

### **Bezpieczeństwo własne oraz poszkodowanego**

Osoba udzielająca pierwszej pomocy musi być świadoma, że podczas ratowania życia poszkodowanego może być narażona na różne niebezpieczeństwa. Zagrożenia płynące ze środowiska zewnętrznego mogą uniemożliwić osobie ratującej udzielenie pomocy bez narażania własnego zdrowia i życia. W takim przypadku bezwzględnie należy wezwać odpowiednie służby ratownicze oraz umożliwić osobom postronnym przebywanie w strefie zagrożenia. Należy zdawać sobie sprawę, że bezpieczeństwo osoby udzielającej pierwszej pomocy jest wartością nadrzędną i samo wezwanie odpowiednich służb jest już udzieleniem pomocy. Potencjalnym zagrożeniem dla ratującego może być również kontakt z samym poszkodowanym – niebezpieczny bywa kontakt z płynami ustrojowymi, takimi jak krew, ślina czy śluz.

Do ochrony osobistej osoby ratującej służy odpowiedni sprzęt:

- *rękawiczki* – zazwyczaj gumowe; nie tylko zabezpieczają przed kontaktem z płynami ustrojowymi, ale często pomagają przełamać barierę strachu przed bezpośrednią stycznością z poszkodowanym; w przypadku, gdy brak jest dostępu do rękawiczek gumowych, można zastępczo użyć rękawiczek foliowych lub ewentualnie nieuszkodzonych foliowych woreczków;
- *maseczka* – najczęściej w postaci kawałka folii z plastikowym ustnikiem, umożliwia wykonanie sztucznego oddychania metodą usta-usta, chroniąc ratującego przed bezpośrednim kontaktem z ustami poszkodowanego;
- *okulary ochronne* – najczęściej plastikowe, przydatne zwłaszcza w przypadku krwotoków tętniczych (gdy krew wydostaje się z naczyń pod dużym ciśnieniem).

Jednakże w wyposażeniu apteczki powinniśmy posiadać także inne przydatne elementy. W jej składzie powinny znaleźć się:

- rękawiczki,
- maseczka do sztucznego oddychania,
- nożyczki,
- agrafka,
- chusta trójkątna,
- opatrunki jałowe (gaza),

---

<sup>2</sup> ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004, s. 67-74.



- opaski dziane różnych rozmiarów,
- plaster z opatrunkiem i bez opatrunku,
- folia NRC,
- instrukcja udzielania pierwszej pomocy,
- spis zawartości.

W apteczce nie mogą znajdować się leki (przeciwbólowe, krople żołądkowe) ani środki służące do dezynfekcji (spirytus salicylowy, jodyna) – istnieje bowiem ryzyko niewłaściwego ich użycia<sup>3</sup>.

### **Ewakuacja ze strefy zagrożenia**

W przypadku gdy zachodzi konieczność dokonania ewakuacji ze strefy zagrożenia, należy pamiętać o kierowaniu się podstawowymi zasadami. Należą do nich następujące:

- nie należy zmieniać pozycji poszkodowanego – chyba że pozycja, w której się znajduje, stanowi dla niego zagrożenie (np. pozycja siedząca we wstrząsie),
- nie należy przenosić poszkodowanego – chyba że występuje bezpośrednie zagrożenie życia lub w danym miejscu nie ma możliwości udzielenia pomocy w bezpieczny sposób,
- jeśli możliwa jest pomoc drugiej osoby, należy unikać przenoszenia poszkodowanego samodzielnie,
- nie należy próbować podnosić zbyt ciężkich osób,
- poszkodowanego przytomnego należy uprzedzić o zamiarze ewakuacji (co pozwala na współpracę oraz zmniejsza niepokój),
- jeśli ewakuację przeprowadza kilka osób, tylko jedna wydaje polecenia (należy to ustalić jeszcze przed pierwszymi czynnościami),
- należy stosować odpowiednią technikę (nie obciążać nadmiernie kręgosłupa).

Jednym z podstawowych sposobów ewakuacji jest zastosowanie *chwytu Rautek`a*, którego przebieg można przedstawić w kilku podpunktach:

- poszkodowany powinien leżeć na plecach (jeśli nie – należy go obrócić) z rękoma ułożonymi wzdłuż ciała,
- osoba udzielająca pomocy powinna podejść do poszkodowanego od strony jego głowy i stanąć w lekkim rozkroku,

---

<sup>3</sup> SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012, s. 161-163.

- uklęknąć, a następnie wsunąć jedną rękę między łopatki poszkodowanego, a drugą pod szyję,
- podpierając ramionami poszkodowanego, należy go unieść tak, aby znalazł się w pozycji siedzącej,
- chwycić obiema rękami jedno z przedramion poszkodowanego (wkładając najpierw ręce pod pachy),
- ukucnąć tak, aby plecy poszkodowanego znalazły się między nogami (cały czas trzymać przy tym rękę poszkodowanego),
- wyprostować plecy i – wykorzystując siłę mięśni ud – unieść poszkodowanego,
- przemieszczać się tyłem, ciągnąc za sobą poszkodowanego<sup>4</sup>.

### **Wsparcie psychiczne poszkodowanego**

Sytuacja wymagająca udzielenia pomocy zawsze budzi stres – nieważne, czy z daną sytuacją ma się do czynienia po raz pierwszy czy kolejny. Każda sytuacja jest inna i pomimo znajomości ogólnych zasad udzielania pierwszej pomocy często istnieje potrzeba improwizacji. Przystępując do udzielenia pomocy, nie należy jednak okazywać swojego zdenerwowania. W miarę możliwości czasem lepiej jest podejść do poszkodowanego chwilkę później, po względnym uspokojeniu się, niż pokazywać się z trzęsącymi się rękoma. Poszkodowany musi bowiem czuć, że zajmuje się nim fachowiec, ktoś, kto wie, jak mu pomóc. Stąd też podchodząc do poszkodowanego, którego się nie zna, należy pewnym głosem przedstawić się, a następnie zapewnić o swojej wiedzy i znajomości zasad udzielania pomocy. Pomocne bywają zwroty „proszę się nie denerwować, zaraz pani/panu pomogę, wiem, jak to zrobić” czy „jestem osobą przeszkoloną w udzielaniu pomocy, zaraz się panią/panem zajmę”. Taka postawa pomaga poczuć się komfortowo nie tylko osobie poszkodowanej, ale i tej udzielającej pomocy.

Podczas udzielania pomocy należy cały czas rozmawiać z poszkodowanym, przy czym trzeba pamiętać o tym, że rozmowa to nie tylko mówienie do poszkodowanego, ale i jego słuchanie. Zdarzają się sytuacje, w których poszkodowany cały czas krzyczy, próbując coś przekazać, jednak nikt nie zwraca na ten przekaz uwagi, kładąc krzyki na karb bólu i zdenerwowania. Tymczasem poszkodowany może mieć do powiedzenia coś ważnego (np. że w samochodzie, który uległ wypadkowi, jechało jeszcze dziecko) czy istotnego z jego punktu widzenia (np. że musi zadzwonić do kogoś z rodziny). Wysłuchanie takiej osoby nie tylko zmniejsza jej zdenerwowanie, ale też ułatwi dalszą współpracę. Ogromne znaczenie we

---

<sup>4</sup> ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004, s. 150-170.

wsparciu psychicznym poszkodowanego ma również mówienie do niego. Należy mówić do poszkodowanego zawsze, nawet jeśli jest nieprzytomny, nie wiadomo bowiem, jak głęboki jest stan utraty świadomości. Jednym z najważniejszych nawyków, które powinien wyrobić w sobie ratownik, jest nawyk uprzedzania o tym, co się za chwilę zrobi, czyli w jaki sposób zostanie udzielona pomoc. Zwłaszcza poszkodowany, który nie ma siły lub możliwości zareagować, czuje się bardzo niekomfortowo, kiedy podchodzi do nich obca osoba, nie przedstawia się, po czym zaczyna zadawać mu ból, np. podnosząc jego rękę. Z punktu widzenia poszkodowanego wygląda to właśnie w ten sposób, tymczasem takie sytuacje mają miejsce najczęściej – zdenerwowany świadek zdarzenia zapomina się przedstawić, po czym przystępuje do opatrywania wspomnianej już ręki, nie uprzedzając o tym zainteresowanego. Ból i dezorientacja osoby wymagającej udzielenia pomocy z pewnością nie będą działały korzystnie na dalszą współpracę. Uspokajająco natomiast zadziała opowiedzenie poszkodowanemu, co się stało i co się będzie działo.

Jedna z wielu zasad udzielania pomocy mówi o tym, że nie należy poszkodowanemu zadawać bólu. Na szczęście obecne wytyczne nie zalecają już unieruchamiania złamań czy innych urazów kostno-stawowych (podczas udzielania pierwszej pomocy, czyli tej udzielanej przez laików, a nie w ogóle), a to właśnie przy tych czynnościach poszkodowany cierpiał najbardziej. Ewentualne zabezpieczenie tego typu obrażeń jest konieczne, jeśli poszkodowanego trzeba ewakuować (oczywiście, jeśli jest na to czas). W takich sytuacjach bezwzględnie należy pamiętać o uprzedzeniu poszkodowanego o takiej konieczności<sup>5</sup>.

## Wezwanie pomocy

W kraju działa wiele służb, w których obszarze kompetencji znajduje się niesienie pomocy. Warto wymienić poszczególne służby i ich zadania:

- *Policja* – formacja państwowa odpowiedzialna za ochronę bezpieczeństwa ludzi i mienia oraz utrzymywanie bezpieczeństwa i porządku publicznego. Główne zadania policji to pilnowanie przestrzegania prawa, ściganie przestępców oraz zapewnienie ochrony i pomocy w sytuacjach kryzysowych.
- *Straż miejska* – organ tworzony przez radę miasta (gminy), działający w Polsce na podstawie ustawy o strażach gminnych. Główne zadanie straży miejskiej to ochrona porządku publicznego na terenie miasta (gminy).
- *Pogotowie ratunkowe* – jednostka udzielająca świadczeń zdrowotnych oraz wykonująca transporty sanitarne. Wśród zespołów wyjazdowych pogotowia ratunkowego wyróżnia się następujące ich rodzaje:

---

<sup>5</sup> Ibidem.

- o S – zespół specjalistyczny (w skład którego wchodzi co najmniej trzy osoby uprawnione do wykonywania medycznych czynności ratunkowych, w tym lekarz systemu oraz pielęgniarka systemu lub ratownik medyczny),
- o P – zespół podstawowy (w skład których wchodzi co najmniej dwie osoby uprawnione do wykonywania medycznych czynności ratunkowych, w tym pielęgniarka systemu lub ratownik medyczny).
- *Straż pożarna* – formacja zajmująca się ochroną przeciwpożarową oraz przeprowadzaniem akcji ratowniczych w przypadku klęsk żywiołowych i katastrof.
- *Pogotowie gazowe* – usuwające uszkodzenia i awarie w sieci gazowej.
- *Pogotowie energetyczne* – usuwające uszkodzenia i awarie linii i urządzeń energetycznych.
- *Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)* – finansowane przez samorządy lokalne stowarzyszenia zrzeszające ratowników, którzy strzegą bezpieczeństwa na wydzielonych kąpieliskach.
- *Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (GOPR)* – organizacja ochotnicza działająca na terenach polskich gór. Głównymi zadaniami GOPR-u są: udzielanie pierwszej pomocy w wypadkach górskich, działalność dotycząca ochrony przyrody oraz zapobieganie wypadkom.
- *Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (TOPR)* – organizacja ochotnicza zajmująca się ratowaniem osób poszkodowanych w wypadkach górskich na terenie Tatr.

Aby móc skorzystać z pomocy wymienionych powyżej służb, należy znać odpowiednie numery telefonów alarmowych.

- Policja – **997**
- Straż miejska – **986**
- Pogotowie ratunkowe – **999**
- Straż pożarna – **998**
- Pogotowie gazowe – **992**
- Pogotowie energetyczne – **991**
- WOPR – **601 100 100**
- GOPR / TOPR – **601 100 300 lub 985**

Ponadto warto zapamiętać również numer **112** – wybranie tego numeru powoduje połączenie z Centrum Powiadamiania Ratunkowego (CPR). W CPR działają wspólnie służby dyspozytorskie pogotowia ratunkowego, policji i straży pożarnej.

Pomoc należy wezwać po ocenie stanu poszkodowanego. Od reguły tej można odstąpić, jeśli poszkodowanych jest dużo lub niemożliwa jest ocena stanu poszkodowanego (nie można do niego dotrzeć lub istnieje zagrożenie bezpieczeństwa). Prawidłowo dokonane wezwanie pomocy obejmuje następujące czynności:

1. przedstawienie się,
2. podanie miejsca zdarzenia,
3. krótkie opowiedzenie, co się stało (wypadek komunikacyjny czy np. zasłabnięcie),
4. podanie liczby poszkodowanych,
5. podanie stanu poszkodowanych (przytomny / nieprzytomny, oddycha / nie oddycha),
6. opisanie pomocy, jaka została udzielona,
7. podanie numeru telefonu, pod który dyspozytor może zadzwonić w razie pytań (jeśli mamy słabą baterię – należy o tym powiedzieć).

Należy dokładnie wysłuchać uwag dyspozytora. Słuchawkę odkładamy po przyjęciu zgłoszenia<sup>6</sup>.

### **Poszkodowany nieprzytomny**

Ze stanem nieprzytomności wiąże się kilka zasadniczych pojęć, które należy omówić oraz wyjaśnić jak w sytuacji gdy one nastąpią, należy się zachować.

*Omdlenie* – krótkotrwała utrata świadomości i napięcia mięśniowego spowodowana niedotlenieniem mózgu. Jeśli omdlenie trwa powyżej minuty, mówi się o utracie przytomności.

*Stan przedomdleniowy* – stan, w którym napięcie mięśniowe ulega obniżeniu, jednak nie dochodzi do pełnej utraty świadomości (możliwość porozumiewania się z poszkodowanym jest zachowana) ani upadku.

Objawy omdlenia (lub zbliżającego się omdlenia):

- uczucie oszołomienia,
- osłabienie,
- błądność powłok,
- mroczki przed oczami, zamglone widzenie,
- szum w uszach,
- „zimne poty”,
- zawroty głowy,

---

<sup>6</sup> Ibidem.

- nudności,
- utrata napięcia mięśniowego skutkująca upadkiem.

Przyczyny omdlenia:

- długotrwała pozycja stojąca,
- stres, emocje,
- przebywanie w dużych skupiskach ludzkich, w źle wentylowanych pomieszczeniach,
- określone warunki pogodowe (duża wilgotność i wysoka temperatura powietrza),
- choroby (zwłaszcza układu krążenia).

Samo omdlenie jest niegroźną jednostką kliniczną, istnieje jednak niebezpieczeństwo doznania urazów przy upadku.

Postępowanie:

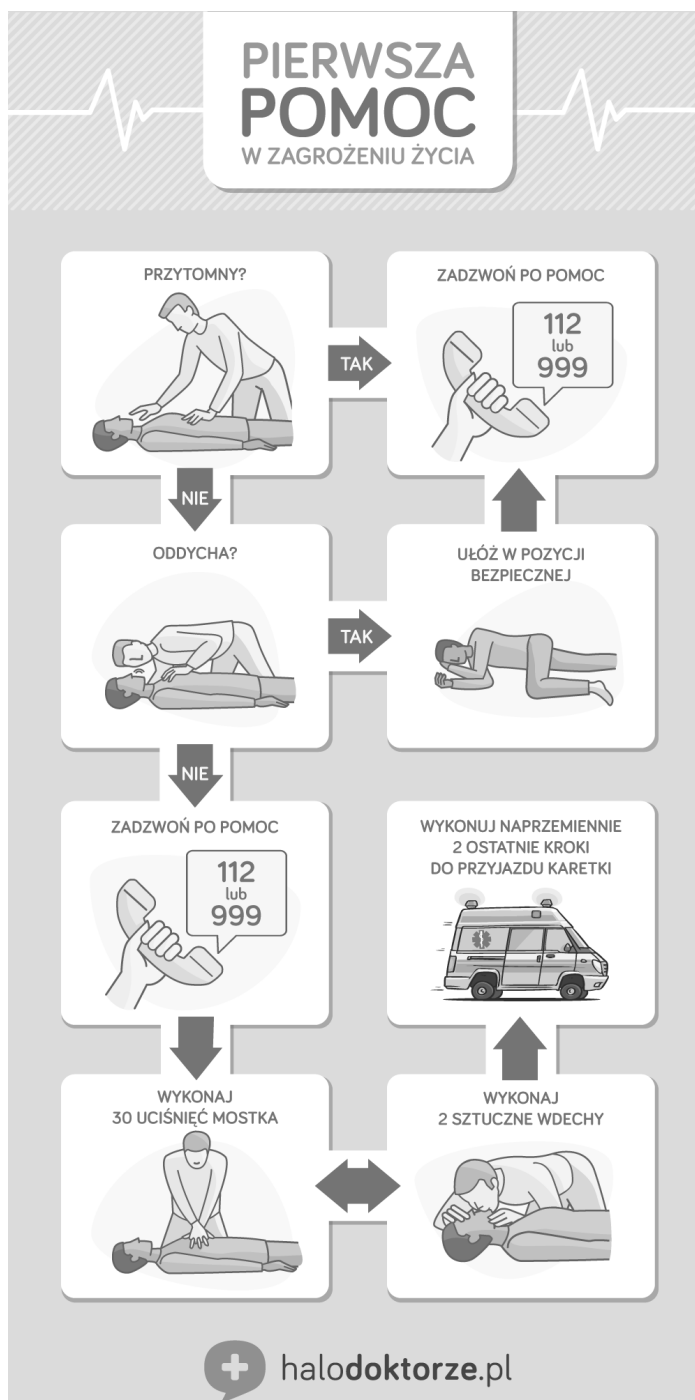
- w miarę możliwości zaasekurować upadek,
- zawołać o pomoc,
- udrożnić drogi oddechowe i sprawdzić oddech (10 sekund),
- zapewnić dostęp świeżego powietrza poprzez:
  - o rozluźnienie ubrania,
  - o otwarcie okien,
  - o wyniesienie z pomieszczenia,
- zastosować pozycję czterokończynową (uniesienie rąk i nóg).

Ułożenie w tej pozycji najczęściej szybko poprawia przepływ mózgowy, co skutkuje odzyskaniem świadomości. Nie należy jednak zbyt szybko pionizować poszkodowanego, gdyż może to być przyczyną kolejnego omdlenia. Powrót do pozycji stojącej powinien być stopniowy, rozpoczynając od pozycji półsiedzącej, poprzez pozycję siedzącą, aż do całkowitej pionizacji (cały czas należy jednak uważnie obserwować poszkodowanego!).

Jeśli po minucie od zastosowania pozycji czterokończynowej nie nastąpiła poprawa, należy wezwać pogotowie, a poszkodowanego (po kolejnej kontroli oddechu) ułożyć w pozycji bezpiecznej.

Objawy utraty przytomności:

- brak reakcji na głos,
- brak reakcji na ból,
- zazwyczaj obniżone napięcie mięśniowe (tylko w szczególnych wypadkach występują przykurcze mięśniowe).



Rys. 1. Pierwsza pomoc w zagrożeniu życia

Źródło: <http://www.halozdrowie.pl/zdrowie-leczenie-chorob/pp/#.WCDG1PnhDIV>, dostęp 31.10.2016

### Potencjalne przyczyny utraty przytomności:

- uraz (zwłaszcza głowy),
- niedotlenienie mózgu (np. przy niedrożności dróg oddechowych, w zatrzymaniu krążenia),
- zaburzenia metaboliczne (spowodowane na przykład cukrzycą lub upośledzeniem funkcji wątroby),
- zatrucia,
- wychłodzenie lub przegrzanie,
- porażenie prądem,
- drgawki<sup>7</sup>.

### Zagrożenia wynikające z utraty przytomności:

1. *Zniesienie odruchów obronnych.* U przytomnej osoby podrażnienie tylnej ściany gardła przez treść pokarmową, krew czy ciało obce wywołuje odruch kasłania (kiedy wejście do krtani jest otwarte) lub połykania. U osoby nieprzytomnej dochodzi do zachłyśnięcia, gdyż ciało obce jest podczas wdechu wprowadzane głębiej do płuc.
2. *Zapadanie się podstawy języka.* Jest to spowodowane obniżeniem napięcia mięśniowego u osób nieprzytomnych. Brak drożności dróg oddechowych uniemożliwia oddychanie, co skutkuje ostatecznie zatrzymaniem krążenia.
3. *Brak reakcji na zagrożenia* pochodzenia zewnętrznego (np. nadjeżdżający samochód).

### Postępowanie:

Osobę nieprzytomną z zachowanym oddechem należy ułożyć w pozycji bezpiecznej. Niezbędne jest zadbanie o komfort termiczny poszkodowanego (koc lub folia NRC) oraz ciągłe monitorowanie oddechu. U osób ułożonych w tej pozycji oddech można sprawdzać grzbietem dłoni.

### Technika układania w pozycji bezpiecznej jest następująca:

1. Zdjąć okulary osobie poszkodowanej (jeśli takie posiada).
2. Upewnić się, że obie nogi poszkodowanego są wyprostowane i uklęknąć przy poszkodowanym.
3. Rękę poszkodowanego, która znajduje się bliżej ratownika, ułożyć w ten sposób, aby dłoń była skierowana do góry, a między ramieniem a resztą ciała po-

---

<sup>7</sup> ABRAMOWSKI M., WÓJCIK S., *BHP w oświacie. Laboratoria, warsztaty, sale gimnastyczne, wycieczki, szkolenia, ryzyko zawodowe, postępowanie powypadkowe, pierwsza pomoc*, Warszawa, wyd. C.H.Beck, 2014, s. 345-348.



wstał kąt prosty. Pod kątem 90 stopni w stosunku do ramienia ułożyć należy też przedramię.

4. Dłoń drugiej ręki poszkodowanego podłożyć pod jego policzek (stroną grzbietową dłoni).
5. Unieść nogę poszkodowanego pod kolanem (bez odrywania stopy od podłoża).
6. Wolną rękę ułożyć na zewnętrznej stronie kolana poszkodowanego i naciśnąć tak, aby powstała dźwignia, powodująca obrócenie się poszkodowanego w stronę ratownika.
7. Udrożnić drogi oddechowe poprzez odgięcie głowy ku tyłowi (po czym sprawdzić oddech).
8. Poprawić ustawienie nogi, za którą poszkodowany był przetaczany, w ten sposób, aby staw biodrowy i kolanowy były zgięte pod kątem prostym (tak, aby jedna noga nie leżała na drugiej). Po 30 minutach leżenia na jednym boku należy przełożyć poszkodowanego na drugi bok.

Pozycję boczną zastosować należy, gdy mamy do czynienia z poszkodowanym nieprzytomnym, który oddycha i nie ma urazów: kręgosłupa, czaszki, klatki piersiowej, złamań kończyn lub miednicy. W stanie wyższej konieczności dopuszczalne jest ułożenie w pozycji bocznej również przy istniejących urazach, obecne wytyczne zalecają bowiem układanie w pozycji bezpiecznej każdego nieprzytomnego, u którego istnieje zagrożenie dla drożności dróg oddechowych (spowodowane opadaniem nasady języka lub np. wymiotami).

Natomiast pozycję zastaną stosujemy:

- jeśli poszkodowany jest przytomny i nie grozi mu niebezpieczeństwo,
- jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, ale podejrzewamy uraz kręgosłupa, miednicy, czaszki, klatki piersiowej<sup>8</sup>.

## **Podstawowa resuscytacja krążeniowo-oddechowa**

*Resuscytacja* – czynności ratownicze prowadzące do przywrócenia funkcji układu krążenia i oddechowego.

*Reanimacja* – czynności ratownicze prowadzące do przywrócenia funkcji układu krążenia, oddechowego i świadomości.

Za podstawową resuscytację krążeniowo-oddechową uważa się połączenie wentylacji powietrzem wydechowym ratownika (sztuczne oddychanie) z uciska-

---

<sup>8</sup> SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012, s. 164-172

niem klatki piersiowej (pośredni masaż serca) oraz utrzymywanie drożności dróg oddechowych. Czynności te określa się mianem ABC:

- A – *airway* – ocena i zapewnienie drożności dróg oddechowych,
- B – *breathing* – ocena i wspomaganie oddechu,
- C – *circulation* – ocena i wspomaganie krążenia.

*Śmierć kliniczna* – stan, w którym doszło do odwracalnego zatrzymania krążenia, oddechu i utraty świadomości, przy czym procesy biologiczne w obrębie poszczególnych komórek przebiegają nadal. Brak akcji resuscytacyjnej (lub nieskuteczna resuscytacja) prowadzi do przejścia śmierci klinicznej w *śmierć biologiczną* (stan nieodwracalny).

*Rozpoznanie zatrzymania krążenia* opiera się na stwierdzeniu braku świadomości i oddechu (wytyczne ERC nie zalecają sprawdzania tętna w celu potwierdzenia istnienia lub braku krążenia). Agonalne westchnięcia (występujące w pierwszych minutach zatrzymania krążenia w 40% przypadków) są wskazaniem do natychmiastowego podjęcia czynności resuscytacyjnych i nie należy ich mylić z prawidłowym, zapewniającym odpowiednią wentylację oddechem. Po pewnym czasie od zatrzymania krążenia występują objawy takie jak błądź i zasinienie powłok oraz szerokie, niereagujące na światło źrenice, jednak w pewnych sytuacjach mogą one być bardzo dyskretne lub nie występować wcale. Stąd ich wartość w rozpoznaniu NZK jest ograniczona.

Schemat postępowania w przypadku wystąpienia nagłego zatrzymania krążenia (BLS – *Basic Life Support*) u dorosłych:

1. sprawdzenie bezpieczeństwa,
2. sprawdzenie przytomności,
3. wołanie o pomoc,
4. udrożnienie dróg oddechowych,
5. sprawdzenie oddechu,
6. wezwanie pomocy,
7. 30 uciśnień,
8. 2 wdechy<sup>9</sup>.

---

<sup>9</sup> ZIÓLKOWSKI P., *Poradnik organizatora, kierownika i wychowawcy w placówce wypoczynku dzieci i młodzieży oraz kierownika wycieczki szkolnej*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2015, s. 129.

Ad. 1. Przed przystąpieniem do udzielania pomocy należy upewnić się, czy poszkodowanemu i świadkom zdarzenia nie grozi niebezpieczeństwo (przejeżdżające pojazdy, ulatniający się gaz itp.). Jeśli istnieje zagrożenie uniemożliwiające udzielenie pomocy poszkodowanemu bez narażania własnego bezpieczeństwa, należy odstąpić od udzielania pomocy i wezwać odpowiednie służby. Do elementów bezpieczeństwa należy również zabezpieczenie własne, czyli założenie rękawiczek. Jeśli na miejscu zdarzenia są świadkowie, należy wyznaczyć jedną osobę do odsunięcia gapiów i pilnowania porządku.

Ad. 2. Sprawdzenie przytomności polega na głośnym odezwaniu się do poszkodowanego (np. „Czy pan/pani mnie słyszy?“, „Co się stało?“, „Proszę otworzyć oczy“) i delikatnym potrząśnięciu go za ramię. Jeśli poszkodowany odpowiada, należy zebrać dokładny wywiad i w razie potrzeby wezwać pogotowie. Jeśli poszkodowany nie odpowiada, należy zawołać o pomoc.

Ad. 3. Wołanie o pomoc polega na głośnym zawołaniu o pomoc (jeśli nie ma nikogo w pobliżu) lub wyznaczeniu z osób obecnych na miejscu zdarzenia jednej, która zostanie razem z ratownikiem. Należy pamiętać, że tłum nie umie wykonywać poleceń, stąd należy wskazać w nim konkretną osobę.

Ad. 4. Udrożnienie dróg oddechowych polega na odgięciu głowy do tyłu i uniesieniu żuchwy. W tym celu należy umieścić jedną rękę na czole, a palce drugiej ręki na żuchwie poszkodowanego (częściach twardych podbródka) i wykonać udrożnienie (tak, aby broda była skierowana ku górze). Jeśli w jamie ustnej poszkodowanego widoczne są ciała obce, należy je usunąć (pod kontrolą wzroku – nigdy „na ślepo“!). Jeśli poszkodowany leży na brzuchu lub na boku, przed udrożnieniem dróg oddechowych należy obrócić go na plecy.

Ad. 5. Oddech ocenia się zgodnie z zasadą „widzę, słyszę, czuję“:

- widzę unoszenie się klatki piersiowej,
- słyszę wydychane powietrze,
- czuję wydychane powietrze na policzku.

Ocena oddechu powinna trwać 10 sekund. Dorosły człowiek bierze wdech ok. 12–16 razy w ciągu minuty, stąd w ciągu 10 sekund, jeśli poszkodowany oddycha, należy usłyszeć 2–3 oddechy. Poszkodowanego, który oddycha, należy ułożyć w pozycji bezpiecznej i postępować jak z poszkodowanym nieprzytomnym.

Ad. 6. Wezwanie pomocy jest na etapie stwierdzenia braku oddechu priorytetem, stąd jeśli nie ma innej możliwości, należy zostawić poszkodowanego i udać się po pomoc. Jeżeli są świadkowie, należy poprosić jednego z nich o wezwanie pomocy.

Wczesne wezwanie pomocy jest konieczne, aby zwiększyć szanse przeżycia osoby poszkodowanej. U ok. 40% poszkodowanych dorosłych, u których doszło do nagłego zatrzymania krążenia, stwierdza się migotanie komór. Optymalne leczenie migotania komór polega na natychmiastowym podjęciu czynności resuscytacyjnych i szybkim wykonaniu defibrylacji. Wczesna defibrylacja (w czasie 3–5 minut od utraty przytomności) zwiększa prawdopodobieństwo przeżycia do 49–75%.

Ad. 7. Uciskanie klatki piersiowej wykonuje się z częstotliwością 100 uciśnień na minutę (nieco mniej niż 2 uciski na sekundę), pamiętając o tym, aby faza ucisku trwała tyle samo, co faza relaksacji. Głębokość ucisku to u osób dorosłych – 4–5 cm. Poszkodowany powinien leżeć na twardym, płaskim podłożu. Miejsce kompresji to środek klatki piersiowej (2 palce nad dolnym końcem mostka). Przyśiępając do wykonywania masażu pośredniego serca, należy:

- uklęknąć obok poszkodowanego,
- ułożyć nadgarstek jednej ręki na środku klatki piersiowej poszkodowanego, po czym dołożyć drugą rękę,
- spleść palce obu dłoni i unieść je w ten sposób, aby nie wywierać nacisku na żebra poszkodowanego,
- pochylić się nad poszkodowanym tak, aby ramiona znajdowały się pod kątem prostym w stosunku do mostka, ręce powinny być wyprostowane w stawie łokciowym,
- uciskać 30 razy, nie odrywając nadgarstków od klatki piersiowej.

Ad. 8. Przed wykonaniem oddechów należy udrożnić drogi oddechowe w sposób opisany powyżej. Następnie:

- palcami dłoni ułożonej na czole (kciukiem i palcem wskazującym) zacisnąć delikatnie skrzydełka nosa poszkodowanego, utrzymując dłoń drugą ręki lekkie rozwarście ust;
- szczelnie objąć usta poszkodowanego i wdmuchnąć powietrze; oddech ratowniczy powinien trwać ok. 1 sekundy i zawierać objętość powietrza znajdującego się w jamie ustnej ratownika po normalnym wdechu – ok. 500–600 ml (nie należy nabierać powietrza „na zapas”);
- nabierając powietrze, należy odwrócić głowę w stronę klatki piersiowej poszkodowanego (unikając w ten sposób wdychania powietrza wydobywającego się z ust ratowanego);
- jeśli pierwsza próba wykonania wdechu nie powoduje uniesienia się klatki piersiowej, oznacza to, że oddech taki nie jest efektywny; w takiej sytuacji należy sprawdzić jamę ustną poszkodowanego i usunąć z niej widoczne ciała obce oraz sprawdzić, czy odgięcie głowy i uniesienie żuchwy zostały poprawnie wykonane.

Przed powrotem do uciskania klatki piersiowej ratujący powinien wykonać 2 oddechy.

Resuscytację można przerwać, jeśli:

- uszkodzony znacznie samodzielnie oddychać,
- przybędą wykwalifikowane służby i przejmą czynności,
- ratujący ulegnie wyczerpaniu,
- zaistnieje niebezpieczeństwo dla ratującego.

Jeśli na miejscu zdarzenia obecni są świadkowie, po 2 minutach prowadzenia resuscytacji powinna nastąpić zamiana ratujących.

Istnieje możliwość wykonywania samych uciśnień klatki piersiowej, bez prowadzenia wentylacji zastępczej. Ma to miejsce gdy:

- nie ma możliwości wykonania oddechów ratowniczych (np. ze względu na obrażenia twarzy),
- ratujący nie chce wykonywać oddechów ratowniczych (np. ze względów estetycznych).

W takim wypadku należy uciskać klatkę piersiową bez przerwy, z częstotliwością 100 uciśnień na minutę<sup>10</sup>.

### Nagłe zatrzymanie krążenia u dzieci

U dorosłych dominującą przyczyną nagłych zatrzymań krążenia (NZK) są zaburzenia w pracy serca, natomiast u dzieci częściej dochodzi do nich z przyczyn oddechowych (zadławienie, podtopienie). Stąd schemat postępowania w NZK u dzieci różni się od tego polecanego dla dorosłych. Różnice dotyczą również techniki wykonywania uciśnień i oddechów ratowniczych, głównie ze względu na inne gabaryty dziecka. Ważne jest rozróżnianie takich pojęć jak dziecko i niemowlę, ze względu na znaczne różnice budowy i fizjologii. Za *niemowlę* uważa się dziecko poniżej 1. roku życia, natomiast za *dziecko* – uszkodzonego od 1. roku życia do okresu pokwitania. Oczywiście jest fakt, że zarówno półroczny człowiek jak i dwulatek są dziećmi. Przyjmuje się jednak taką terminologię dla ułatwienia opisu a raczej rozróżnienia zachowania się w sytuacji udzielania pierwszej pomocy niemowlęciu i dziecku.

### Schemat postępowania:

1. sprawdzenie bezpieczeństwa,
2. sprawdzenie przytomności,

---

<sup>10</sup> BONIEK B. (red.), *Pierwsza pomoc w wybranych nagłych stanach zagrożenia zdrowia i życia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 15-19.

3. wołanie o pomoc,
4. udrożnienie dróg oddechowych,
5. sprawdzenie oddechu,
6. 5 oddechów,
7. 30 uciśnień i 2 wdechy (przez minutę),
8. wezwanie pomocy.

Poniżej omówiono jedynie elementy postępowania, które różnią się od tych zalecanych przy postępowaniu z poszkodowanymi dorosłymi:

- Sprawdzenie przytomności  
Sprawdzenie reakcji dziecka polega na delikatnym potrząśnięciu dzieckiem i głośnym zadaniu pytania, np. „czy wszystko jest w porządku?”. Nie należy potrząsać dzieckiem lub niemowlęciem, u którego istnieje podejrzenie urazu kręgosłupa w odcinku szyjnym.  
Jeśli dziecko reaguje, należy zostawić je w pozycji zastanej (jeśli jest dla niego bezpieczna), ocenić jego stan i w razie potrzeby udzielić pomocy.
- Udrożnienie dróg oddechowych  
Udrożnienie dróg oddechowych wykonuje się w ten sam sposób co u dorosłych, z tym, że początkowo próbuje się to zrobić w pozycji zastanej, a dopiero w razie trudności delikatnie obraca dziecko na plecy.
- Sprawdzenie oddechu  
Dzieci oddychają szybciej niż osoby dorosłe, stąd w ciągu 10 sekund powinno się usłyszeć więcej niż 3 oddechy.
- 5 oddechów ratowniczych  
Jeśli dziecko nie oddycha, należy delikatnie usunąć widoczne ciała obce, a następnie wykonać 5 oddechów ratowniczych. Podczas wykonywania oddechów należy zwrócić uwagę na pojawienie się kaszlu lub odruchów z tylnej ściany gardła (stanowiących oznaki zachowanego krążenia) oraz na to, czy klatka piersiowa unosi się i opada w trakcie sztucznej wentylacji (jak przy samodzielnym oddychaniu).  
Po 5 oddechach ratowniczych należy ocenić, czy występują objawy krążenia. Do objawów krążenia należą odruchy takie jak kaszel, przełykanie, ale także oddech. Ocena powinna trwać 10 sekund.  
Jeśli objawy krążenia występują, należy prowadzić wentylację zastępczą aż do powrotu spontanicznego oddechu. Przy braku pewności co do tego, czy krążenie jest zachowane, należy zacząć uciskanie klatki piersiowej.
- Uciskanie klatki piersiowej

Ze względu na to, że u dzieci łatwiej można spowodować uszkodzenia narządów wewnętrznych, niewłaściwie wybierając miejsce ucisku, należy wyznaczyć środek klatki piersiowej poprzez:

- o wyznaczenie dolnego końca mostka (miejsce, w którym łączą się łuki żebrowe),
- o przyłożenie palca do dolnego końca mostka.

Szerokość jednego palca powyżej tego punktu to miejsce, które należy uciśkać. Uciśnięcia powinny powodować obniżenie się mostka do około 1/3 głębokości klatki piersiowej. Można je prowadzić tą samą techniką co u dorosłych lub jedną ręką.

U niemowląt uciśnięcia klatki wykonuje się opuszkami 2 palców.

- Wezwanie pomocy

Pomoc kwalifikowaną należy wezwać po około minucie od rozpoczęcia resuscytacji. Dopuszczalne jest zabranie dziecka ze sobą, aby zminimalizować przerwy w BLS (taki standard dotyczy sytuacji, w których ratownik jest sam; jeśli obecni są świadkowie – jeden z nich powinien wezwać pomoc).

Do wyjątkowych należy sytuacja, w której dziecko nagle traci przytomność w obecności ratownika. Wtedy najbardziej prawdopodobną przyczyną zatrzymania krążenia jest zaburzenie pracy serca i dziecko wymaga defibrylacji, w związku z czym od razu po stwierdzeniu braku oznak krążenia należy udać się po pomoc<sup>11</sup>.

#### Automatyczny defibrylator zewnętrzny (AED):

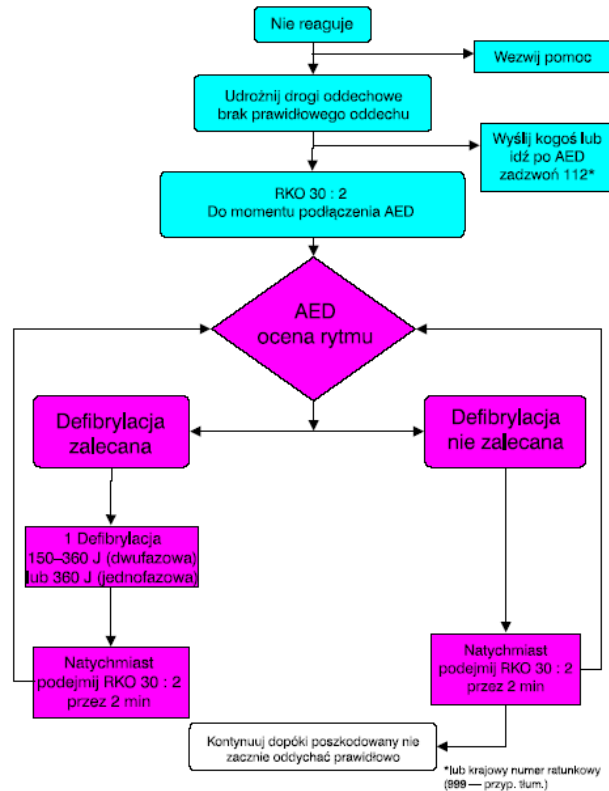
Automatyczny defibrylator zewnętrzny może być w pewnych okolicznościach wykorzystany przez ratowników niemedycznych. Urządzenie to samodzielnie analizuje rytm serca osoby, u której doszło do zatrzymania krążenia i w razie potrzeby wykonuje defibrylację. Nie zaleca się używania AED u dzieci poniżej 1. roku życia.

Badania prowadzone w zachodnich szpitalach zajmujących się rehabilitacją kardiologiczną jednoznacznie wskazują, iż defibrylacja wykonana do 2 min. po zatrzymaniu akcji serca daje ponad 90% szans na przeżycie i opuszczenie szpitala o własnych siłach. AED powinno zostać użyte niezwłocznie po jego przyniesieniu. Jeśli na miejscu zdarzenia obecni są świadkowie – jedna osoba powinna wykonywać resuscytację do czasu naklejenia elektrod przez drugą osobę. Od momentu włączenia urządzenie wydaje polecenia głosowe, które ratujący powinien wykonywać.

---

<sup>11</sup> Ibidem, s. 10-14.

Kolejność postępowania z użyciem AED przedstawia poniższy schemat.



Rys. 2. Schemat postępowania z użyciem AED

Źródło: Europejska Rada Resuscytacji, Polska Rada Resuscytacji, 2005. Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u osób dorosłych. Podręcznik BLS.

Szczególną uwagę podczas używania AED należy zwrócić na bezpieczeństwo, w tym celu:

- poszkodowanego nie należy dotykać w trakcie: analizy rytmu, ładowania defibrylatora i samej defibrylacji,
- miejsce użycia AED powinno być suche,
- przed defibrylacją należy odsunąć źródła tlenu (np. butlę z tlenem)<sup>12</sup>.

12 Ibidem, s. 29.



## Zadławienie

*Zadławienie* to niedrożność dróg oddechowych spowodowana ciałem obcym. Do zadławienia najczęściej dochodzi podczas jedzenia. Niedrożność dróg oddechowych może być całkowita lub częściowa. Osoba doznająca zadławienia często chwytą się rękami za gardło. Jeśli drogi oddechowe uległy częściowemu zatkaniu – poszkodowany ma objawy duszności i kaszle. Przy próbie zaczerpnięcia powietrza może być w tym wypadku słyszalny charakterystyczny świst wdechowy. Całkowite zatkanie dróg oddechowych powoduje, że poszkodowany nie może kaszleć, mówić ani oddychać, co skutkuje ostatecznie utratą przytomności.

### Postępowanie w zadławieniu u dorosłych:

1. Zapytaj poszkodowanego, czy się krztusi (może się bowiem zdarzyć, że sytuacja z pozoru groźnie wyglądająca jest tylko pozoracją).
2. Zachęć poszkodowanego do kaszlu, obserwując go przy tym, ale nie wykonując żadnych dodatkowych czynności.

Dalsze postępowanie zależy od tego, czy kaszel jest efektywny czy nieefektywny. Przy kaszlu efektywnym poszkodowany jest w stanie słownie odpowiedzieć na pytania, kaszel jest głośny, a przed kasznięciem istnieje możliwość nabrania powietrza. Poszkodowany w pełni reaguje. Kaszel nieefektywny jest cichy lub bezgłośny. Poszkodowany nie może mówić ani oddychać, stopniowo traci przytomność.

Jeśli efektywny do tej pory kaszel staje się nieefektywny – należy głośno zawołać o pomoc, a następnie wykonać 5 uderzeń między łopatkami poszkodowanego. Po każdym uderzeniu należy sprawdzić, czy ciało obce nie wydostało się z dróg oddechowych (nie jest celem samym w sobie wykonanie 5 uderzeń, ale spowodowanie przemieszczenia się ciała obcego). Technika wykonywania uderzeń w okolicę międzyłopatkową:

- stanąć z boku i nieco z tyłu ratowanego,
- wsunąć swoją rękę pod pachę poszkodowanego i ułożyć ją na klatce piersiowej,
- pochylić tułów poszkodowanego do przodu, przytrzymując jednocześnie ręką jego klatkę piersiową,
- nadgarstkiem drugiej ręki wykonać do pięciu silnych uderzeń w plecy pomiędzy łopatkami.

Po każdym uderzeniu należy sprawdzić, czy ciało obce nie wydostało się z dróg oddechowych i czy są one nadal niedrożne.

Jeśli uderzenia w plecy nie przynoszą oczekiwanych efektów, należy wykonać do pięciu uciśnień nadbrzusza. Technika wykonywania uciśnień nadbrzusza:

- ustawić się za poszkodowanym i objąć go ramionami na wysokości nadbrzusza,
- pochylić tułów poszkodowanego do przodu,
- zacisnąć dłoń jednej ręki w pięść i umieścić ją w połowie odległości między dolnym końcem mostka a pępkiem,
- wolną dłonią drugiej ręki objąć zaciśniętą wcześniej pięść,
- wykonać uciśnięcia nadbrzusza, silnie pociągając ręce do siebie i ku górze.

Czynności te powinny spowodować usunięcie przeszkody z dróg oddechowych. Jeśli tak się nie dzieje, należy na przemian wykonywać pięć uderzeń między łopatki, a następnie uciskać nadbrzusze (również 5 razy). Uciśnięcia nadbrzusza mogą powodować obrażenia wewnętrzne, stąd każdy poszkodowany, u którego zastosowano tę technikę, powinien zostać zbadany przez lekarza.

Jeśli ratowany straci przytomność, należy:

- w miarę możliwości zaasekurować upadek i ułożyć poszkodowanego na twardej, płaskiej powierzchni (powinien leżeć na plecach),
  - zadzwonić po fachową pomoc (999, 112),
- rozpocząć resuscytację, zaczynając od 30 uciśnięć klatki piersiowej<sup>13</sup>.

### *Zadławienia u dzieci*

Większość przypadków zadławienia u dzieci zdarza się podczas zabawy oraz w trakcie posiłków. Jeśli dziecko kaszle w sposób efektywny – należy je obserwować i zachęcać do kaszlu. Jeśli kaszel jest nieefektywny, należy zawołać głośno o pomoc, a następnie ocenić stan świadomości dziecka:

- Jeśli dziecko jest przytomne – wykonać 5 uderzeń między łopatki. Jeśli dziecko będzie ułożone głową w dół, uderzenia będą bardziej efektywne. W tym celu należy ułożyć je w poprzek kolan osoby ratującej. Jeśli nie jest to możliwe (np. dziecko jest zbyt duże) – należy wykonać uderzenia między łopatki, utrzymując nachylenie dziecka do przodu. Brak reakcji na uderzenia powoduje konieczność zastosowania uciśnięć nadbrzusza. W tym celu należy stanąć lub uklęknąć za dzieckiem, a następnie wykonać uciśnięcia nadbrzusza (5) zgodnie z techniką przedstawioną powyżej (jak u dorosłych), przy czym dołożyć trzeba szczególnej staranności, aby technikę tę zastosować prawidłowo, czyli nie uciskać wyrostka mieczykowatego mostka ani żeber (u dzieci ryzyko uszkodzenia narządów wewnętrznych jest większe niż u dorosłych). W dalszej kolejności należy ocenić, czy za-

<sup>13</sup> ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004, s. 150-170.

stosowana technika przyniosła pożądany efekt i jeśli nie – zadzwonić po pomoc. Na tym etapie nie należy zostawiać dziecka samego, stąd jeśli nie ma w pobliżu osoby, która mogłaby wezwać pogotowie, należy przystąpić do dalszych prób pozbycia się ciała obcego poprzez wykonywanie uderzeń w plecy na przemian z uciśnięciami nadbrzusza.

- Jeśli dziecko traci przytomność – trzeba ułożyć je na płaskiej, twardej powierzchni i zadzwonić po pomoc (o ile do tej pory nie została wezwana), przy czym na tym etapie nie wolno zostawiać dziecka samego po to, aby wezwać pomoc. Kolejne czynności, które należy wykonać, to:
  1. Otworzyć dziecku usta i poszukać widocznych ciał obcych. Widoczne ciało obce powinno zostać wygarnięte palcem pod kontrolą wzroku (nigdy „na ślepo”). Nie należy powtarzać prób wygarnięcia ciała obcego, jeśli pierwsza się nie powiodła.
  2. Odchylić dziecku głowę i / lub wysunąć żuchwę (udroźnienie dróg oddechowych).
  3. Wykonać 5 oddechów ratowniczych. Każdorazowo należy oceniać, czy wdech powoduje uniesienie się klatki piersiowej. Jeśli nie – przed kolejnym oddechem trzeba poprawić odchylenie głowy dziecka.
  4. Przy braku reakcji na oddechy ratownicze (kaszel, poruszanie się) należy wykonać 30 uciśnień klatki piersiowej, a następnie 2 oddechy.
  5. Resuscytację należy prowadzić przez minutę przed wezwaniem pomocy (jeśli do tej pory nie została wezwana).

Przed każdym udroźnieniem dróg oddechowych w celu wykonania oddechów ratowniczych należy kontrolować zawartość jamy ustnej. W przypadku pojawienia się ciała obcego należy podjąć jednorazową próbę wygarnięcia go palcem (pod kontrolą wzroku). Jeśli próba usunięcia ciała obcego powiodła się, należy udroźnić drogi oddechowe i ocenić oddech. Przy powrocie spontanicznych, efektywnych oddechów – należy ułożyć dziecko w pozycji bezpiecznej i obserwując ciągle dziecko, czekać na przybycie pogotowia ratunkowego<sup>14</sup>.

### **Prowadzenie wstępnego postępowania przeciwwstrząsowego**

*Wstrząs* jest zaburzeniem równowagi między zapotrzebowaniem tkanek na tlen a możliwościami dostarczenia tlenu do tkanek i narządów, spowodowanym ostrą niewydolnością krążenia.

---

<sup>14</sup> Ibidem.

Objawy wstrząsu zależą od jego przyczyny oraz czasu trwania. W początkowej fazie są to:

- bladość powłok,
- wychłodzenie skóry,
- dreszcze,
- niepokój i pobudzenie psychoruchowe,
- przyspieszony, płytki oddech,
- krople zimnego, lepkiego potu pokrywające twarz,
- wychłodzenie dystalnych części kończyn.

Sam poszkodowany odczuwa:

- lęk,
- przyspieszone bicie serca,
- szum w uszach,
- mroczki przed oczami,
- suchość w jamie ustnej.

W dalszej fazie wstrząsu:

- skóra poszkodowanego staje się szara,
- niepokój przechodzi w obojętność i apatię,
- oddech staje się coraz szybszy i bardziej płytki,
- pojawiają się zaburzenia świadomości, aż do całkowitej jej utraty.

Wstrząs jest stanem mogącym w sposób nieodwracalny uszkodzić tkanki i narządy. W zależności od przyczyny wstrząsu wyróżnia się różne jego rodzaje:

1. *hipowolemiczny* – spowodowany jest przez spadek objętości krwi krążącej; zmniejszenie objętości może być spowodowane przez:
  - krwotoki (zewnątrzne lub wewnętrzne);
  - uszkodzenie naczyń włosowatych lub wzrost ich przepuszczalności – w wyniku czego dochodzi do utraty osocza z tych naczyń; sytuacja taka ma miejsce np. przy oparzeniach,
  - biegunki i wymioty – kiedy to dochodzi do utraty wody i elektrolitów;
2. *kardiogeny* – spowodowany niewydolnością pracy serca (np. w przebiegu zawału mięśnia sercowego);
3. *neurogeny* – spowodowany zaburzeniami w układzie nerwowym, powodującymi rozszerzenie układu naczyniowego, zwolnienie pracy serca oraz spadek ciśnienia tętniczego krwi; zaburzenia te mogą wywołać takie czynniki, jak: ból,

stres, nagłe, ekstremalne zmiany temperatury;

4. *septyczny* – wywołany zakażeniami bakteriami, rzadziej wirusami, pasożytami lub grzybami;
5. *anafilaktyczny* – związany z nadwrażliwością na określone substancje.

Najczęstszą przyczyną wstrząsu jest masywna utrata krwi. Postępowanie w tym przypadku obejmuje:

1. zaopatrzenie urazów (zatomowanie krwotoków),
2. ułożenie przeciwwstrząsowe,
3. ochronę przed wychłodzeniem organizmu (przykrycie kocem),
4. dbałość o komfort psychiczny poszkodowanego (rozmowa, uspokajanie),
5. wezwanie pomocy,
6. stałą kontrolę funkcji życiowych.

*Pozycja przeciwwstrząsowa* (ułożenie przeciwwstrząsowe) polega na ułożeniu poszkodowanego na wznak i uniesieniu nóg nad poziom głowy, na wysokość około 30–40 cm. Można w tym celu wykorzystać krzesło lub zwinięty koc.

Pozycji przeciwwstrząsowej nie należy stosować, jeśli podejrzewamy:

- obrażenia miednicy, klatki piersiowej, czaszki, kręgosłupa,
- zawał mięśnia sercowego<sup>15</sup>.

## **Postępowanie w przypadku wychłodzenia bądź przegrzania**

Zarówno wychłodzenia, jak i przegrzania są wypadkami, które na koloniach czy półkoloniach zdarzają się bardzo często. W czasie zimowisk dzieci często wychładzają swój organizm, a szczególnie kończyny górne, kończyny dolne czy np. uszy. Z kolei latem w przypadku zbyt długiego przebywania np. na plaży dochodzi do przegrzania organizmu, które z kolei często kończy się omdleniem.

*Przegrzanie (hipertermia)* to stan, w którym dochodzi do zaburzeń w termoregulacji organizmu wskutek działania na ten organizm wysokich temperatur (ciepło jest absorbowane przez organizm szybciej niż może być eliminowane). Początkowy etap zaburzeń nazywany jest przegrzaniem (tzw. *heat stress*), kolejny – wyczerpaniem ciepłym. Jeśli działanie wysokiej temperatury nie zostanie

---

<sup>15</sup> BONIEK B. (red.), *Pierwsza pomoc w wybranych nagłych stanach zagrożenia zdrowia i życia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 22-23.

przerwanie, wyczerpanie ciepłne może przejść w stan zagrożenia życia, jakim jest udar cieplny.

Objawy przegrzania i wyczerpania ciepłego:

- złe samopoczucie,
- osłabienie,
- temperatura ciała prawidłowa lub nieco podniesiona,
- obrzęki w okolicy stóp i kostek,
- skurcze mięśni,
- nudności i wymioty,
- brak apetytu,
- ból głowy,
- dreszcze,
- blada, zimna skóra,
- obfite pocenie się,
- utrata przytomności (spowodowana rozszerzeniem naczyń krwionośnych).

Postępowanie:

- Poszkodowanego przenieść w chłodne miejsce i rozluźnić uciskające części ubrania.
- Obrzęknięte kończyny można unieść.
- Jeśli poszkodowany jest przytomny, wskazane jest podanie mu do picia (małymi porcjami) chłodnych napojów (najlepiej lekko osolonych).
- Nie wolno pozwolić poszkodowanemu na jakikolwiek wysiłek.
- Stopniowo schładzać poszkodowanego poprzez:
  - o stosowanie zimnych okładów nad miejscami przebiegu dużych naczyń leżących powierzchownie (szyja, pachy, pachwiny),
  - o użycie wentylatorów wymuszających przepływ powietrza.
- Jeśli poszkodowany ma dreszcze, należy przykryć go kocem

Poza tymi czynnościami należy pamiętać o ciągłym kontrolowaniu czynności życiowych oraz o zapewnieniu komfortu psychicznego. Wskazane jest rozważenie wezwania pogotowia ratunkowego.

*Udar cieplny* to stan zagrożenia życia, w którym dochodzi do niekontrolowanego wzrostu temperatury głębokiej ciała powyżej 40°C. Udarowi towarzyszą zaburzenia świadomości i uszkodzenia narządów (spowodowane rozpadem komórek pod wpływem temperatury).

### Objawy udaru cieplnego:

- bóle i zawroty głowy,
- silne zmęczenie,
- szybki wzrost temperatury ciała (powyżej 40°C),
- zaczerwienienie twarzy (spowodowane przekrwieniem – rozszerzenie naczyń powoduje zwiększenie powierzchni oddawania ciepła przez organizm),
- ciepła, sucha skóra (brak pocenia się) – w większości przypadków,
- nudności, wymioty, biegunka,
- objawy zaburzeń pracy mózgu: chwiejny chód, zaburzenia orientacji, drgawki, zaburzenia świadomości,
- zaburzenia oddychania (duszność),
- utrata przytomności.

### Postępowanie:

- przeniesienie poszkodowanego w chłodne miejsce,
- rozluźnienie ubrania (rozważyć zdjęcie ubrania),
- chłodzenie (tak samo jak w przypadku przegrzania),
- stała kontrola czynności życiowych,
- jak najszybsze wezwanie pomocy,
- dbałość o komfort psychiczny i termiczny poszkodowanego,
- ułożenie poszkodowanych nieprzytomnych w pozycji bezpiecznej, a osób z zachowaną świadomością – w wygodnej dla nich pozycji<sup>16</sup>

*Wychłodzenie (hipotermia)* to stan, w którym dochodzi do obniżenia temperatury głębokiej ciała poniżej 35°C. Wyróżnia się hipotermię:

- łagodną – 35–32°C,
- umiarkowaną – 32–30°C,
- ciężką – poniżej 30°C.

Określone czynniki sprzyjają wychłodzeniu przy narażeniu na zimno. Są to:

- wiek (bardzo małe dzieci, osoby w podeszłym wieku – ze względu na upośledzone mechanizmy termoregulacji),
- alkohol (po spożyciu alkoholu rozszerzeniu ulegają naczynia krwionośne, wskutek czego utrata ciepła jest szybsza),

---

<sup>16</sup> SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012, s. 206.

- zatrucie określonymi substancjami,
- choroby powodujące wyczerpanie organizmu,
- przemęczenie organizmu, wyczerpanie fizyczne,
- urazy (zwłaszcza te powodujące brak możliwości przemieszczania się).

#### Objawy wychłodzenia:

Początkowo organizm broni się przed utratą ciepła poprzez obkurczenie obwodowych naczyń krwionośnych (co powoduje błądność powłok) oraz przyspieszenie przemian metabolicznych (przyspieszony oddech). Ponadto występuje drżenie mięśni (kurczenie się mięśni powoduje wytwarzanie ciepła) oraz nastroszenie włosów skóry („gęsia skórka”). Po tym stadium, jeśli działanie zimna nie zostanie przerwane, dochodzi do wyczerpania organizmu poszkodowanego. Drżenie mięśni zostaje zastąpione przez kurczowe porażenia mięśni. Oddech ulega spłyceniu, a przerwy pomiędzy kolejnymi oddechami wydłużają się. Poszkodowany staje się obojętny na bodźce zewnętrzne, występują też zaburzenia świadomości. Dalsze wychłodzenie prowadzi do utraty przytomności, a ostatecznie do zatrzymania oddechu i krążenia.

#### Postępowanie:

Podstawą postępowania jest przerwanie dalszego wychładzania u poszkodowanego. W tym celu należy wynieść poszkodowanego z miejsca zdarzenia do pomieszczenia o niskiej temperaturze pokojowej, przy czym bezwzględnie nie wolno pozwolić poszkodowanemu na poruszanie się, nawet bierne (może to bowiem spowodować przemieszanie się zimnej krwi, która znajduje się na obwodzie, z krwią znajdującą się w centralnej części organizmu, co wywoła obniżenie temperatury centralnej). Przenoszenie poszkodowanego należy wykonać w pozycji poziomej. Mokrą odzież należy zdjąć, a następnie przykryć ofiarę wychłodzenia suchymi kocami. Osobom przytomnym można podać do picia ciepłe, osłodzone napoje. Zabronione są wszelkie próby aktywnego ogrzewania poszkodowanego od zewnątrz (rozcieranie, szybkie nagrzewanie pomieszczenia, w którym znajduje się poszkodowany) ze względu na ryzyko wystąpienia spadku temperatury centralnej.

W przypadku zatrzymania krążenia, zarówno u poszkodowanych wychłodzonych, jak i przegrzanych, należy przystąpić do resuscytacji zgodnie ze schematem postępowania. Należy jednak pamiętać, że u osób głęboko wychłodzonych przemiana materii ulega spowolnieniu, stąd na ocenę oddechu należy poświęcić więcej czasu.



## Inne stany zagrożenia nagłego

### Padaczka

Padaczka to choroba mózgu charakteryzująca się występowaniem napadów drgawkowych, spowodowanych przez niekontrolowane wyładowania elektryczne w mózgu.

Objawem padaczki są napady drgawek. Jednak występują one również w innych zaburzeniach, w tym w tych spowodowanych przez:

- urazy głowy,
- guzy mózgu,
- zatrucia,
- niedotlenienie,
- wysoką temperaturę (zwłaszcza u dzieci),
- zaburzenia metaboliczne (cukrzyca).

Obok drgawek obejmujących mięśnie całego ciała do objawów padaczki zaliczamy także:

- utratę lub zaburzenia świadomości,
- szczykościsk,
- ślinotok,
- niekontrolowane oddanie moczu i/lub kału,
- brak reakcji na głos,
- po ataku – głęboki sen.

Atak może trwać kilka sekund lub minut, czasem dłużej. Nie zawsze w trakcie ataku można zaobserwować wszystkie objawy (jak oddanie moczu czy wypływ śliny z jamy ustnej) lub objawy te mogą być słabo zaznaczone (drgawki o niewielkim nasileniu).

Postępowanie:

- W miarę możliwości zaasekurować upadek, aby nie dopuścić do powstania urazów.
- Odsunąć wszystkie przedmioty znajdujące się w pobliżu poszkodowanego mogące mu zagrażać.
- W trakcie napadu asekurować głowę (np. podłożyć coś miękkiego – koc, kurtkę), ale nie trzymać głowy.
- Pozwolić na drgania kończyn (nie przytrzymywać rąk ani nóg), ale tak, aby poszkodowany nie zrobił sobie krzywdy.
- Nie wkładać nic do ust poszkodowanego! (Istnieją tutaj jednak dwie „szko-

ły” – druga mówi, że należy włożyć do ust poszkodowanego coś twardego, np. łyżkę, kij drewniany itp. Celem tego działania ma być zapobiegnięcie odgryzienia języka poszkodowanego. Nie ma jednak dowodów, aby człowiek był w stanie w trakcie ataku padaczki odgryźć sobie język, dlatego stoimy na stanowisku, że nie należy niczego wkładać do ust poszkodowanego.)

Po ataku należy:

- udrożnić drogi oddechowe i sprawdzić oddech,
- jeśli poszkodowany oddycha – ułożyć go w pozycji bezpiecznej i zadbać o komfort termiczny (przykryć kocem, pamiętając o odizolowaniu poszkodowanego od zimnego podłoża),
- jeśli poszkodowany nie oddycha – przystąpić do resuscytacji,
- wezwać pomoc.

Pomoc należy wezwać zawsze w przypadku wystąpienia napadu drgawek, gdyż nie wiadomo, jaka jest ich przyczyna. Same drgawki nie stanowią zagrożenia dla życia poszkodowanego, groźne natomiast mogą być zachłyśnięcie oraz urazy spowodowane upadkiem<sup>17</sup>.

## **Cukrzyca**

Cukrzyca to choroba polegająca na zaburzeniach poziomu cukru we krwi, spowodowanych przez brak insuliny lub opornością na insulinę.

Cukrem prostym odpowiedzialnym za procesy energetyczne przebiegające w każdej komórce organizmu ludzkiego jest glukoza, dostarczana do niego z pożywieniem. Aby cukier ten dostał się z krwi do komórki, potrzebny jest „klucz” otwierający tę komórkę – insulina. Insulina jest hormonem wytwarzanym w prawidłowych warunkach przez trzustkę, jednak przy pewnych zaburzeniach dochodzi do niewystarczającego wytwarzania tego hormonu lub też komórki przestają na niego reagować. Skutkuje to zaburzeniami poziomu cukru we krwi – hipoglikemią (gdy poziom cukru jest za niski) i hiperglikemią (gdy poziom cukru jest za wysoki).

Objawy niedocukrzenia (hipoglikemii):

- uczucie osłabienia,
- głód,
- zawroty głowy,
- niepokój,

---

<sup>17</sup> BONIEK B. (red.), *Pierwsza pomoc w wybranych nagłych stanach zagrożenia zdrowia i życia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014, s. 22-23.

- pobudzenie psychoruchowe, często wręcz agresja,
- bladość skóry,
- drżenie ciała lub poszczególnych jego części,
- pocenie się,
- uczucie kołatania serca.

Objawy podobne są do tych, które występują, kiedy człowiek jest głodny.

*Hipoglikemia* prowadzi ostatecznie do utraty przytomności i śpiączki cukrzycowej – jest więc stanem zagrożenia życia!

Postępowanie:

- Jeśli poszkodowany jest przytomny, należy mu podać osłodzony napój lub sok owocowy.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, należy ułożyć go w pozycji bezpiecznej.
- W obu przypadkach należy zadbać o komfort termiczny i psychiczny poszkodowanego.
- Wezwać pomoc.

Objawy hiperglikemii:

- ospałość,
- zmęczenie,
- w wydychanym powietrzu czuć zapach acetonu (kwaśnych jabłek),
- nadmierne pragnienie.

Zbyt wysoki poziom cukru we krwi również jest groźny dla organizmu, jednak nie aż tak jak niedocukrzenie. Ostatecznie jednak, przy braku pomocy, może doprowadzić do śpiączki.

Postępowanie:

- Nie wolno samodzielnie podawać insuliny! Jeśli chorujący posiada przy sobie insulinę, można np. podać mu torbę, w której ona się znajduje, jednak nigdy samodzielnie nie decydować o tym, czy poszkodowany ma ją zażyć.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, należy ułożyć go w pozycji bezpiecznej.
- Należy zadbać o komfort psychiczny i termiczny poszkodowanego.
- Wezwać pomoc<sup>18</sup>.

---

<sup>18</sup> Ibidem, s. 24-26.

## **Zawał serca**

Zawał serca jest martwicą mięśnia sercowego spowodowaną przez niedokrwienie.

### Objawy:

- ból w klatce piersiowej (za mostkiem) promieniujący często do żuchwy i rąk,
- duszność,
- lęk,
- bladość,
- zasinienie ust, koniuszka nosa, płatków uszu,
- lepki pot,
- nudności, wymioty.

Cukrzycy mogą nie odczuwać bólu w klatce piersiowej. Laik udzielający pierwszej pomocy nie jest w stanie samodzielnie zdiagnozować zawału serca, stąd przy wezwaniu pomocy należy mówić o bólu w klatce piersiowej, ewentualnie o podejrzeniu zawału.

### Postępowanie:

- Ocenić stan poszkodowanego.
- Poszkodowanego, który jest przytomny, należy ułożyć w pozycji półsiedzącej (chyba że woli inną pozycję – wtedy należy pozwolić mu ułożyć się w tej najwygodniejszej dla niego).
- Zebrać dokładny wywiad (czy poszkodowany choruje na serce, czy bierze jakieś leki).
- Jeśli poszkodowany zażywa leki przepisane przez lekarza, można mu pomóc w ich zażyciu (czyli np. podać torebkę z lekami), ale nigdy samodzielnie ich nie podawać.
- Nie wolno pozwolić poszkodowanemu na jakikolwiek wysiłek (jeśli serce będzie musiało wykonać większą pracę, niedokrwienie może się pogłębić).
- Rozluźnić uciskające części ubrania.
- Cały czas rozmawiać z poszkodowanym, zapewniając mu komfort psychiczny.
- Zapewnić komfort termiczny.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny – ułożyć go w pozycji bezpiecznej.
- Wezwać pomoc<sup>19</sup>.

---

<sup>19</sup> ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004, s. 150-170.

## Udar mózgu

Udar mózgu to ogniskowe (miejscowe) zaburzenie czynności mózgu, trwające ponad 24 h, spowodowane przez niedokrwienie obszaru mózgu (udar niedokrwienny) lub wynaczynienie się krwi (udar krwotoczny, wylew). Udar niedokrwienny może przejść w udar krwotoczny. Pomimo że inny jest mechanizm powstawania niedokrwienia (zamknięcie światła naczynia w udarze niedokrwiennym lub pęknięcie naczynia w udarze krwotocznym), skutek jest taki sam – komórki nerwowe, do których nie dociera krew – obumierają. Objawy w udarze niedokrwiennym nie są często tak silnie zaznaczone jak w udarze krwotocznym, choć zależą to od wielkości i umiejscowienia obszaru, który uległ niedokrwieniu.

### Objawy:

- zaburzenia czucia,
- zaburzenia mowy (niewyraźna, zamazana mowa, bełkot, nieskładne wyrażanie się),
- niedowład,
- ból głowy,
- nudności i wymioty,
- zaburzenia widzenia,
- utrata przytomności (zwłaszcza w udarze krwotocznym),
- drgawki.

### Postępowanie:

- Ocenić stan poszkodowanego.
- Jeśli poszkodowany jest przytomny, należy pomóc mu w ułożeniu się w wygodnej pozycji (wskazana siedząca lub półsiedząca).
- Wezwać pomoc.
- Zadać o komfort termiczny i psychiczny poszkodowanego.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, należy ułożyć go w pozycji bezpiecznej.

Oceniając stan poszkodowanego należy zwrócić uwagę na jego twarz – czy np. nie opada mu kącik ust lub czy nie wypływa z nich ślina, czy obie powieki opadają symetrycznie. Zdarzają się sytuacje, kiedy osoba doznająca udaru nie zdaje sobie sprawy ze stanu, w jakim się znajduje i lekceważy objawy. Dla potwierdzenia przypuszczeń można poprosić poszkodowanego o powtórzenie prostego zdania lub kazać unieść obydwie ręce. Celowe są również zapytania o miejsce i czas („Jaki dzisiaj jest dzień, rok?” „Gdzie się znajdujemy?”). Wszelkie odchylenia w wykonywaniu poleceń wskazują na udar<sup>20</sup>.

---

<sup>20</sup> Ibidem, s. 150-170.

### **Astma oskrzelowa**

Astma oskrzelowa to choroba dróg oddechowych objawiająca się powracającymi napadami duszności i kaszlu, spowodowanymi przez nadreaktywność oskrzeli.

#### Objawy:

- kaszel,
- duszność,
- świst słyszalny przy wydechu,
- najczęściej poszkodowany przyjmuje pozycję siedzącą.

#### Postępowanie:

- poszkodowanemu należy zapewnić komfort psychiczny i termiczny,
- jeśli poszkodowany posiada przy sobie lek, można mu pomóc w jego zażyciu (ale nie samodzielnie dozować!),
- należy wezwać pomoc<sup>21</sup>.

### **Oparzenia**

Oparzenia są to uszkodzenia tkanki, powstałe wskutek zadziałania czynnika:

- termicznego (płomienie, gorąca woda, tarcie, promienie UV),
- chemicznego (kwasy, zasady),
- elektrycznego (piorun, łuk elektryczny).

*Oparzenia termiczne* dzieli się ze względu na głębokość uszkodzenia skóry na stopnie, z których każdy charakteryzuje się występowaniem charakterystycznych objawów:

- Oparzenia I stopnia – dotyczą powierzchniowych uszkodzeń naskórka, a głównymi jego objawami są ból i zaczerwienienie. Ponadto często występuje obrzęk oraz wrażliwość skóry na dotyk.
- Oparzenia II stopnia – dotyczą głębszych warstw skóry. Objawy są takie same jak w oparzeniu I stopnia, ale dodatkowo występują pęcherze oraz sączenie się płynu surowiczego.
- Oparzenia III stopnia – najcięższe oparzenia, przebiegające we wszystkich warstwach skóry, a czasami sięgające głębiej położonych tkanek. Charakteryzują się takimi objawami jak sucha, biała lub zwęglona skóra oraz brak wrażliwości na dotyk. Wraz z uszkodzeniem głęboko położonych warstw

---

<sup>21</sup> Ibidem.

skóry następuje uszkodzenie naczyń, gruczołów i nerwów znajdujących się w tych warstwach.

Postępowanie zależy od głębokości oparzenia oraz od jego powierzchni. Do niedawna do oceny powierzchni oparzeń stosowano tzw. regułę dziewiątek, obecnie polecana jest metoda „jednej dłoni”, w której przyjmuje się, że powierzchnia dłoni poszkodowanego odpowiada 1% powierzchni ciała poszkodowanego.

#### Postępowanie:

- Ocena miejsca zdarzenia (czy można na miejscu zdarzenia bezpiecznie udzielić pomocy).
- Ocena stanu poszkodowanego – obejmuje ona:
  - ocenę czynności życiowych poszkodowanego (ABC),
  - ocenę oparzenia (głębokości i powierzchni).
- Jeśli nie można bezpiecznie udzielić poszkodowanemu pomocy na miejscu zdarzenia, należy go ewakuować.
- Zdjąć biżuterię (zwłaszcza pierścionki, obrączki).
- Zdjąć odzież z poszkodowanego (jeśli to możliwe – bez zdzierania skóry razem z odzieżą).
- Schładzać oparzone miejsce:
  - jeśli powierzchnia oparzenia nie przekracza 10% powierzchni ciała, schładzanie należy prowadzić pod bieżącą, chłodną wodą ok. 15–30 minut lub do ustania bólu, a następnie zabezpieczyć oparzenie suchym, jałowym opatrunkiem;
  - jeśli powierzchnia oparzenia przekracza 10% powierzchni ciała, schładzanie należy skrócić do ok. 1 minuty, a następnie założyć na oparzenie zimny, wilgotny opatrunek na ok. 15–30 minut lub do ustania bólu; po tym czasie należy zabezpieczyć oparzenie suchym jałowym opatrunkiem.
- Wodą najlepiej polewać miejsce powyżej oparzenia, tak aby spływała ona na oparzenie.
- Schładzanie oparzenia należy rozpocząć jak najwcześniej.
- Nie wolno: przekłuwać pęcherzy, smarować oparzenia maściami czy tłuszczem.
- Poszkodowanego należy zabezpieczyć przed utratą ciepła (koc).
- Poszkodowani, u których doszło do oparzenia dużych powierzchni ciała, zagrożeni są wstrząsem w wyniku utraty płynów, stąd należy u nich zastosować postępowanie przeciwwstrząsowe.
- Jeśli to konieczne, należy wezwać pogotowie lub zalecić konsultację lekarską.

Konsultacja lekarska jest konieczna, jeśli oparzenie dotyczy:

- dzieci,
- twarzy,
- szyi,
- klatki piersiowej,
- dłoni,
- krocza,
- stóp<sup>22</sup>.

### **Tonięcie**

Tonięcie to proces, w wyniku którego dochodzi do zaburzeń oddechowych spowodowanych podtopieniem lub zanurzeniem w cieczy.

*Podtopienie* to stan po zanurzeniu w środowisku płynnym, połączony z duszeniem, ale nie zakończony śmiercią (całe ciało wraz z drogami oddechowymi jest zanurzone w wodzie lub innej cieczy).

*Utonięcie* to uduszenie spowodowane zatkaniem dróg oddechowych wodą lub innymi płynami.

#### Postępowanie:

- Ocenić sytuację – należy uwzględnić własne umiejętności pływackie, jeśli sytuacja wymaga ratowania tonącego bezpośrednio z wody. Osoba tonąca nie jest w stanie współpracować i stanowi zagrożenie dla ratownika. Stąd tylko osoby posiadające odpowiednie umiejętności mogą starać się ratować poszkodowanego, bezpośrednio go holując do brzegu. W każdym innym wypadku należy rzucić poszkodowanemu koło lub linę (cokolwiek, co pomoże tonącemu utrzymać się na powierzchni). Osobom niezwiązanym zawodowo z ratownictwem zaleca się jednak unikanie wchodzenia do wody.
- Zawołać o pomoc.
- Jeśli poszkodowany jest przytomny – należy okryć go kocem i czekać na przybycie służb.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny – ocenić oddech.
- Przy zachowanym oddechu – ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej.
- Jeśli brak oddechu – rozpocząć resuscytację.

---

<sup>22</sup> Ibidem.



Zawsze należy wezwać pomoc, nawet, jeśli poszkodowany jest przytomny. Woda powoduje wychłodzenie organizmu, dlatego szczególną uwagę należy zwrócić na komfort termiczny poszkodowanego. Wszelkie próby usuwania wody z płuc są bezcelowe i opóźniają niepotrzebnie moment rozpoczęcia resuscytacji<sup>23</sup>.

### **Ukąszenia i użądlenia**

Owady, które mogą człowieka użądlić, a więc posiadające żądło, to: pszczoły, osy, szerszenie oraz mrówki ogniste. Ukąszenia z kolei można się obawiać ze strony pająków, kleszczy, żmii, psów i innych drapieżników.

#### Zasady postępowania:

- Żądło należy usunąć – najlepiej poprzez zeszkrobanie lub podważenie (zastosowanie pęsety może spowodować wyciśnięcie substancji znajdującej się w zbiorniczku na końcu żądła).
- Miejsce użądlenia lub ukąszenia należy przemyć wodą z mydłem, ewentualnie zastosować zimny okład.
- Jeśli poszkodowany jest uczulony, należy szybko wezwać pomoc.
- Po użądleniu w okolicę jamy ustnej można na czas oczekiwania na pomoc dać poszkodowanemu kostkę lodu do ssania (aby spowolnić proces narastania obrzęku).
- Po ukąszeniu przez dzikie zwierzę (lub nieznanego psa) należy udać się do lekarza celem oceny ryzyka zarażenia wścieklizną<sup>24</sup>.

### **Zatrucia**

*Rodzaje zatruc*, jakie wyróżniamy ze względu na drogi wnikania trucizn do organizmu, są następujące:

1. drogą doustną, np.:
  - lekami,
  - alkoholem,
  - żywnością,
  - roślinami,
  - środkami myjącymi, płuczącymi i czyszczącymi;
2. drogą wziewną, np.:
  - tlenkiem węgla,
  - dwutlenkiem węgla,

---

<sup>23</sup> Ibidem, s. 150-170.

<sup>24</sup> Ibidem.

- drażniącymi gazami;
- 3. przez skórę (przezskórne) i przez błony śluzowe;
- 4. drogą dożylną (iniekcyjne);
- 5. spowodowane przez ukąszenia, ugryzienia, użądlenia, np.:
  - ukąszenie przez węża,
  - ukąszenie przez owady;
- 6. spowodowane przez trucizny wnikające do organizmu przez przewód pokarmowy, drogi oddechowe i skórę:
  - środkami ochrony roślin,
  - związkami cyjanku,
  - węglowodorami i rozpuszczalnikami organicznymi.

Podczas udzielania pierwszej pomocy w zatruciach należy trzymać się pewnych zasad postępowania. Należy mianowicie:

- ocenić rodzaj zagrożenia,
- pamiętać o bezpieczeństwie własnym (rękawiczki, maseczka) oraz odizolować osoby postronne od miejsca skażenia,
- uniemożliwić dalsze działanie trucizny (postępowanie zależy od drogi wnikania trucizny do organizmu):
  - o wyprowadzić poszkodowanego z pomieszczenia z ulatniającym się gazem,
  - o przewietrzyć pomieszczenie,
  - o wyłączyć silnik,
  - o zdjąć skażoną odzież (używając przy tym rękawiczek ochronnych),
- przy zatruciu pokarmowym zabezpieczyć ewentualne resztki wymiotów i / lub resztki substancji, która spowodowała zatrucie.

Nie wolno natomiast:

- udzielać pomocy w miejscu skażenia bez odpowiedniego zabezpieczenia w strój ochronny i maskę,
- wentylować metodą usta-usta przy zatruciach kontaktowych (wziewnych, przez skórę i błony śluzowe),
- prowokować wymiotów,
- podawać nic do jedzenia ani picia,
- stosować odtrutek chemicznych,
- odsysać ustami miejsca ukąszenia<sup>25</sup>.

---

<sup>25</sup> Ibidem.

## Urazy

### Podstawowe badanie poszkodowanego

Do podstawowego badania poszkodowanego (tzw. badania urazowego) należy przejść po wstępnej ocenie poszkodowanego (ABC) i stwierdzeniu, że nie wymaga on resuscytacji. Badanie to ma na celu wykrycie ewentualnych obrażeń, umożliwiające wstępne ich zaopatrzenie. Pomocne są wszelkie informacje uzyskane nie tylko od poszkodowanego, ale i od świadków zdarzenia. Duże znaczenie ma ogólne wrażenie, sprawiane przez poszkodowanego (czy wydaje on jakieś dźwięki, w jakiej pozycji się znajduje) oraz charakter zdarzenia, w którym poszkodowany brał udział (czy był to wypadek komunikacyjny, pożar czy np. upadek z wysokości).

Przystępując do badania poszkodowanego, należy zwrócić uwagę kolejno na:

- głowę (zabarwienie powłok, wyciek płynów z ucha i nosa, zranienia i krwawki – zwłaszcza w okolicy oczu i uszu, obecność sadzy w okolicy ust i nosa w przypadku pożaru),
- szyję (obrzęki, otarcia, krwawienia, położenie krtani),
- klatkę piersiową (czy prawidłowo – symetrycznie – unosi się podczas oddychania, czy występują krwawienia, ciała obce),
- brzuch (zasinienia – zwłaszcza w okolicy biegnięcia pasów bezpieczeństwa, obrzęki, rany, krwawienia),
- miednicę,
- kończyny górne,
- kończyny dolne<sup>26</sup>.

### Urazy głowy

Obrażenia głowy powstają wskutek zadziałania urazu mechanicznego, w wyniku czego dochodzi do otwartych (posiadających ranę) lub zamkniętych uszkodzeń czaszkowo-mózgowych.

Wyróżniamy następujące rodzaje urazów głowy i towarzyszące im objawy:

- wstrząśnienie mózgu:
  - o krótkotrwała utrata świadomości,
  - o ból głowy,
  - o nudności, wymioty,
  - o zawroty głowy,

---

<sup>26</sup> SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012, s. 144-150.

- o niepamięć wsteczna (poszkodowany nie pamięta, co się stało, nie potrafi opisać okoliczności zdarzenia),
- stłuczenie mózgu:
  - o dłuższa utrata przytomności,
  - o drgawki,
  - o zaburzenia oddychania,
- krwawienie śródczaszkowe:
  - o utrata przytomności,
  - o zaburzenia oddychania,
  - o drgawki,
  - o nierówno reagujące źrenice,
- złamanie / pęknięcie podstawy czaszki:
  - o utrata przytomności,
  - o czasami zaburzenia oddechowowe,
  - o „oczy szopa” – wokół oczu widoczne krwawe podbiegnięcia, tzw. krwinki okularowe,
  - o płyn sączący się z nosa (czasem z krwią), uszu i jamy ustnej,
- urazy otwarte głowy:
  - o rana głowy, czasem silnie krwawiąca,
  - o zaburzenia świadomości.

#### Zasady postępowania:

- Poszkodowanych z urazem głowy należy zawsze traktować jak poszkodowanych z urazem kręgosłupa. Poszkodowany nie powinien samodzielnie zmieniać pozycji (15% poszkodowanych z obrażeniami czaszkowo-mózgowymi ma również obrażenia kręgów szyjnych – każda zmiana pozycji stwarza ryzyko uszkodzenia rdzenia kręgowego).
- Jeśli poszkodowany jest przytomny, należy ułożyć go w pozycji leżącej z uniesionym tułowiem.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, należy ułożyć go w pozycji bezpiecznej.
- Zaopatrzyć rany i krwawienia opatrunkami osłaniającymi.
- Zapewnić komfort psychiczny i termiczny.
- Kontrolować czynności życiowe w krótkich odstępach czasu (w tej grupie poszkodowanych istnieje szczególnie wysokie ryzyko zachłyśnięcia).
- Niezwłocznie wezwać pomoc<sup>27</sup>.

---

<sup>27</sup> Ibidem.

### **Uraz oka**

Najczęstszą przyczyną urazów oka są ciała obce (cząstki kurzu, kawałki metali, rzęsa). Do innych przyczyn należy uraz mechaniczny oraz oparzenie chemiczne.

#### Objawy:

- ból,
- łzawienie,
- zaczerwienienie,
- wrażenie obecności piasku w oku,
- spadek ostrości widzenia.

#### Zasady postępowania:

- W przypadku oparzenia chemicznego oko należy dokładnie wypłukać, uważając, aby popłuczyny nie dostały się do zdrowego oka (płukanie od wewnętrznego kącika oka do zewnętrznego, uszkodzony powinien leżeć z głową na boku) i niezwłocznie zapewnić pomoc specjalisty.
- Ciał obcych nie należy wyciągać samodzielnie (jeśli płukanie nie pomaga).
- Do czasu konsultacji lekarskiej należy zakryć obie gałki oczne (opatrunek osłaniający)<sup>28</sup>.

### **Urazy kręgosłupa**

Uraz kręgosłupa należy podejrzewać u każdego uszkodzonego z obrażeniami głowy oraz zawsze, kiedy nie wiadomo, co się stało, a uszkodzony jest nieprzytomny. Często przyczyną urazów jest skok do wody „na główkę”.

#### Objawy:

- ból,
- nienaturalne ustawienie głowy (uszkodzenie w odcinku szyjnym),
- zaburzenia lub utrata czucia,
- zaburzenia poruszania kończynami,
- porażenie zwieraczy (oddanie kału i moczu),
- zaburzenia oddychania.

#### Zasady postępowania:

- Poszkodowanego należy uspokoić i przekonać o konieczności pozostania w bezruchu.

---

<sup>28</sup> ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004, s. 150-170.

- Niezwłocznie wezwać pomoc.
- Do czasu przyjazdu karetki poszkodowany powinien pozostać w pozycji zastanej (wyjątek stanowi sytuacja, w której istnieje zagrożenie bezpieczeństwa – wtedy poszkodowanego należy ewakuować, z zachowaniem jednak możliwie jak największej ostrożności).
- U poszkodowanych nieprzytomnych priorytetem jest utrzymanie drożności dróg oddechowych – stąd zalecane jest ułożenie w pozycji bocznej (pomimo ryzyka pogłębienia uszkodzenia).
- Poszkodowanemu należy zapewnić komfort termiczny i psychiczny<sup>29</sup>.

### **Uraz klatki piersiowej**

Urazy klatki piersiowej stanowią szczególne zagrożenie ze względu na znajdujące się w niej narządy – płuca i serce. Stąd wszelkie obrażenia tej okolicy mogą wywołać zaburzenia oddychania oraz krążenia.

#### Objawy:

- ból (towarzyszący oddychaniu lub kaszlowi),
- widoczne gołym okiem zranienia i zasinienia,
- duszność,
- przyspieszenie oddechu,
- poczucie trudności w oddychaniu,
- krwista, żywoczerwona, spieniona płwocina,
- przy ranach penetrujących do wnętrza klatki piersiowej – świsty i bulgotanie słyszalne w trakcie oddychania.

#### Postępowanie:

- Niezwłocznie wezwać pomoc.
- Poszkodowany przytomny powinien sam ułożyć się w pozycji dla niego najwygodniejszej.
- Jeśli poszkodowany jest nieprzytomny, należy ułożyć go w pozycji bezpiecznej na boku, który uległ urazowi.
- Jeśli widoczna jest rana, z której w trakcie wydechu wydobywa się powietrze, należy założyć opatrunek zastawkowy (jałowy gazik bezpośrednio na ranę, na gazik – folia, folię okleić z 3 stron plastrem bez opatrunku).
- Zapewnić komfort termiczny i psychiczny.

---

<sup>29</sup> SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012, s. 144-150.

- Poszkodowanego z urazem klatki piersiowej nie należy układać w pozycji przeciwwstrząsowej.
- Wszelkie ciała obce należy pozostawić (wyjątek stanowi sytuacja, kiedy należy prowadzić resuscytację, a ciało obce to uniemożliwia)<sup>30</sup>.

### **Uraz brzucha**

W jamie brzusznej znajdują się narządy przewodu pokarmowego, wydzielnicze oraz duże naczynia krwionośne (np. aorta). Urazy tej okolicy mogą powodować groźne następstwa:

- uszkodzenie jelit może spowodować wylanie się treści pokarmowej do jamy brzusznej,
- uszkodzenie nerek, moczowodów czy pęcherza moczowego – wylanie się moczu do jamy brzusznej,
- pęknięcie wątroby lub śledziony – masywny krwotok i wstrząs hipowolemiczny,
- przecięcie powłok jamy brzusznej – wytrzewienie (wydostanie się narządów jamy brzusznej na zewnątrz).

#### Objawy:

- ból brzucha,
- ślady obrażeń (siniaki, zranienia, krwawienia),
- napięcie powłok brzusznych,
- narastające objawy wstrząsu bez widocznego krwotoku zewnętrznego,
- przy głębokiej ranie – widoczne narządy jamy brzusznej.

#### Postępowanie:

- Niezwłocznie wezwać pomoc.
- Jeśli poszkodowany jest przytomny, powinien ułożyć się w pozycji zmniejszającej napięcie powłok brzusznych (z ugiętymi kolanami, pod nimi wałek z koca). Przeciwwskazaniem dla tej pozycji jest pionowa rana cięta.
- Jeśli u poszkodowanego narastają objawy wstrząsu, należy ułożyć go w pozycji przeciwwstrząsowej.
- Jeśli doszło do wytrzewienia, nie należy próbować umieścić narządów z powrotem w jamie brzusznej, ale przykryć je wilgotnym, jałowym opatrunkiem, a następnie folią.
- Zapewnić komfort termiczny i psychiczny<sup>31</sup>.

---

<sup>30</sup> Ibidem.

<sup>31</sup> Ibidem.

## **Urazy miednicy**

W urazach miednicy może dojść do uszkodzenia znajdujących się w niej narządów (dróg moczowych, pęcherza moczowego i odbytnicy) oraz dużych naczyń. Obrażenia tej okolicy często są przyczyną masywnej utraty krwi i wstrząsu hipowolemicznego.

### Objawy:

- ból w dole brzucha, w okolicy bioder, pleców,
- niemożność chodzenia,
- trudności lub brak możliwości poruszania nogami,
- niemożność uniesienia się.

### Postępowanie:

- Poszkodowany powinien przyjąć pozycję zmniejszającą napięcie powłok brzusznych – leżącą z podkurczonymi nogami (pod którymi można umieścić zrolowany koc).
- Zapewnić komfort termiczny i psychiczny.
- Niezwłocznie wezwać pomoc (do urazów miednicy dochodzi w wyniku zadziałania dużej siły, co sugeruje istnienie poważnych obrażeń nie tylko w obrębie miednicy).

Urazy kręgosłupa, klatki piersiowej, miednicy oraz brzucha należy podejrzewać zawsze, jeśli poszkodowany doznał obrażeń w wyniku:

- wypadku komunikacyjnego,
- upadku z wysokości,
- pobicia<sup>32</sup>.

## **Tamowanie krwotoków zewnętrznych i opatrywanie ran**

*Krwotok* to niekontrolowany wypływ krwi z naczyń (żylnych, tętniczych), spowodowany przez przerwanie ciągłości tych naczyń.

### Zasady tamowania krwotoków i opatrywania ran:

- należy unikać bezpośredniego kontaktu z krwią poszkodowanego (rękawiczki),
- poszkodowany powinien siedzieć – czasem nawet niewielki wypływ krwi z miejsca zranienia wywołuje mdłości lub jest przyczyną omdlenia,

---

<sup>32</sup> Ibidem.



- cały czas należy bacznie obserwować poszkodowanego,
- przy masywnym krwotoku należy ucisnąć miejsce zranienia palcami (w momencie przygotowywania opatrunku powinien to robić sam poszkodowany, najlepiej przez jałowy gazik),
- jeśli krwotok dotyczy kończyny, należy ją unieść (pod warunkiem jednak, że nie ma podejrzenia złamania),
- opatrunek ma na celu zabezpieczenie miejsca zranienia przed kontaktem ze środowiskiem zewnętrznym do czasu konsultacji lekarskiej, stąd oczyszczanie rany nie jest wskazane (zwłaszcza jeśli mocno krwawi),
- pierwszą warstwę opatrunku zawsze powinien stanowić jałowy gazik,
- nie wolno bezpośrednio na ranę przykładać waty, ligniny i innych materiałów mogących pozostawiać „resztki”,
- w celu powstrzymania silnego krwawienia zakłada się opatrunek uciskowy, opaskę uciskową stosuje się tylko w wyjątkowych sytuacjach,
- raz założonego opatrunku nie zdejmuje się, a jeśli przecieka – dokłada się kolejne warstwy,
- jeśli skóra poniżej opatrunku robi się sina lub poszkodowany skarży się na drętwienie – należy poluznić opatrunek (ale nie zdejmować go),
- jeśli pomimo założenia opatrunku uciskowego i uniesienia kończyny krwotok nie ustaje, można ucisnąć naczynie doprowadzające krew powyżej rany,
- zakazane jest dezynfekowanie rany takimi środkami jak spirytus, jodyna czy rivanol,
- nie wolno usuwać ciał obcych tkwiących w ranie.

#### Rodzaje opatrunków:

- *Opatrunek osłaniający* – stanowi go w jałowa gaza oraz mocowanie (opaska dziana, plaster, codofix). Opatrunki tego typu zakłada się na rany w celu ochrony przed zanieczyszczeniem i ewentualnym zakażeniem. Dodatkowo gaza służy jako materiał chłonny dla sączącej się krwi (opatrunek ten nie stanowi odpowiedniego zabezpieczenia przy masywnym krwotoku).
- *Opatrunek uciskowy* – służy tamowaniu silnych krwawień. Składa się z jałowego kompresu (gazy), który kładzie się bezpośrednio na ranę, materiału uciskającego (np. rolki bandaża), który kładzie się na gazik w miejscu krwawienia oraz mocowania. W przypadku konieczności założenia tego opatrunku należy zapisać godzinę jego założenia.

#### Postępowanie w przypadku amputacji:

- Kikut należy zabezpieczyć opatrunkiem uciskowym.
- Jeśli opatrunek nie spełnia swojej roli (utrata krwi następuje szybko i w dużej ilości), należy założyć opaskę uciskową.

- Amputowaną część należy odpowiednio zabezpieczyć:
  - o owinąć jałowym materiałem,
  - o umieścić w foliowym opakowaniu i szczelnie zamknąć,
  - o foliowe opakowanie umieścić w worku z zimną wodą lub wodą i lodem<sup>33</sup>.

## **Unieruchomienie złamań i podejrzeń złamań oraz zwichnięć**

### **Złamanie**

Złamanie to przerwanie ciągłości kości pod wpływem urazu. Zdarzają się złamania niewymagające zadziałania siły zewnętrznej (urazu) – dotyczą one osób chorujących na określone nowotwory czy osteoporozę, u których kości uszkodzone są przez przewlekły, patologiczny proces. Udzielenie pomocy poszkodowanemu z obrażeniem kości czy stawu polega przede wszystkim na zapewnieniu mu komfortu psychicznego i termicznego oraz pomocy medycznej. Jedyną czynnością, za pomocą której można ulżyć poszkodowanemu, jest zastosowanie chłodnego okładu na złamaną / zwichniętą kończynę (do 20 minut).

#### Objawy złamania:

- ból,
- obrzęk,
- nienaturalne ustawienie kończyny,
- ograniczenie ruchomości lub patologiczna ruchomość.

#### Rodzaje złamań:

- zamknięte,
- otwarte.

Przy złamaniu zamkniętym nie występują zranienia spowodowane przez złamaną kość. Złamanie otwarte powoduje przerwanie ciągłości skóry przez kość, która uległa złamaniu. Z punktu widzenia osoby udzielającej pomocy bardziej przydatny wydaje się jeszcze inny podział złamań na:

- niewymagające unieruchomienia (ze względu na położenie kości),
- mogące zostać unieruchomione za pomocą chusty trójkątnej,
- mogące zostać unieruchomione za pomocą innych, przygotowanych w tym celu materiałów.

---

<sup>33</sup> Ibidem, s. 190-198.

### *Złamania niewymagające unieruchomienia*

W przypadku tych złamań nie wymaga się unieruchomienia. Pierwsza pomoc polega na odpowiednim ułożeniu poszkodowanego.

Należą tu:

- złamania podstawy czaszki,
- złamania kości części mózgowej czaszki – ułożenie na zdrowej stronie,
- złamania żuchwy – pozycja siedząca, z podparciem czoła,
- złamania żeber – ułożenie na boku, który uległ urazowi.

### *Złamania mogące zostać unieruchomione za pomocą chusty trójkątnej*

Celowo użyto tu zwrotu „mogące”, gdyż obecne trendy w pierwszej pomocy zdążają do tego, aby w ogóle nie poruszać złamaną czy podejrzaną o złamanie kończyną (a właśnie do poruszania dochodzi w trakcie unieruchamiania). Każda manipulacja może doprowadzić do przemieszczenia odłamów kostnych i pogłębić uszkodzenia, ponadto sprawia niepotrzebny ból poszkodowanemu. Zdarzają się jednak sytuacje, w których umiejętność założenia chusty okazuje się przydatna (np. w przypadku podejrzenia złamania w obrębie dłoni, kiedy to najczęściej poszkodowany sam dociera do szpitala, bez wzywania służb medycznych na miejsce zdarzenia).

Do złamań tego typu należą:

- złamanie obojczyka,
- złamanie stawu ramiennego,
- złamanie kości ramiennej,
- złamanie przedramienia,
- złamanie kości ręki.

### *Złamanie mogące zostać unieruchomione za pomocą przygotowanych w tym celu materiałów*

W przypadku złamań tego typu unieruchomienie polega na obłożeniu kończyny w pozycji zastanej. Złamaną kończyną nie wolną poruszać! Unieruchomienie za pomocą odpowiedniego sprzętu, takiego jak np. szyny, może zostać wykonane wyłącznie przez zespół ratunkowy lub osoby po przeszkoleniu z kwalifikowanej pomocy (nie: pierwszej pomocy!). Obłożenia można dokonać, wykorzystując przedmioty znajdujące się na miejscu zdarzenia, takie jak zrolowana odzież, koc, poduszka. Nie należy jednak dokonywać obłożenia złamanej kończyny, gdy poszkodowany protestuje. Jeśli jest przytomny, sam ułoży się w pozycji, która jest dla niego wygodna i która sprawia mu najmniej bólu.

Do złamań tego typu należą:

- złamania uda,
- złamania goleni,
- złamania kostek<sup>34</sup>.

### Zwichnięcie

Zwichnięcie to przemieszczenie powierzchni stawowych względem siebie bez powrotu do ustawienia fizjologicznego. Zwichnięciu towarzyszą obrażenia tkanek miękkich, takie jak rozerwanie torebki stawowej czy zerwanie więzadeł. Poza przymusowym ustawieniem w stawie charakterystycznym objawem zwichnięcia jest silny ból.

Pierwsza pomoc polega na pozostawieniu zastanego ustawienia stawu i jak najszybszym zapewnieniu pomocy lekarza. Nie należy próbować „nastawiać” zwichniętego stawu<sup>35</sup>.

### BIBLIOGRAFIA

- ABRAMOWSKI M., WÓJCIK S., *BHP w oświacie. Laboratoria, warsztaty, sale gimnastyczne, wycieczki, szkolenia, ryzyko zawodowe, postępowanie powypadkowe, pierwsza pomoc*, Warszawa, wyd. C.H.Beck, 2014.
- BONIEK B. (red.), *Pierwsza pomoc w wybranych nagłych stanach zagrożenia zdrowia i życia*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2014.
- BONIEK B., PACIOREK P., *Edukacja dla bezpieczeństwa zdrowia publicznego*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2013.
- DĄBROWSKA J., JĘDRZEJEWSKA H., *Pierwsza pomoc przedmedyczna w szkole. 19 procedur i algorytmów postępowania. Przewodnik dla nauczycieli*, Gdańsk, wyd. ODDK, 2013.
- SZCZEPANIAK G., *Ciekawi świata - edukacja dla bezpieczeństwa*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012.
- SZCZEPANIAK G., *Edukacja dla bezpieczeństwa – podręcznik*, Gdynia, wyd. OPERON, 2012.
- WINCZEWSKA B., *BHP w szkole. Obowiązki, odpowiedzialność, dokumentacja*, Warszawa, wyd. Wiedza i Praktyka, 2016.
- ZAGAJEWSKI T. (red.), *Bezpieczny wypoczynek dzieci i młodzieży. Zbiór aktów prawnych wzory druków, porady praktyczne*, Łódź, wyd. ATH, 2004.
- ZIÓLKOWSKI P., *Poradnik dla organizatora, kierownika oraz wychowawcy w placówce wypoczynku dzieci i młodzieży oraz kierownika wycieczki szkolnej*, Bydgoszcz, wyd. WSG, 2015.

---

<sup>34</sup> Ibidem, s. 198-205.

<sup>35</sup> Ibidem.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Pierwsza pomoc p/medyczna – utrata przytomności.

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Nabycie wiedzy oraz umiejętności z zakresu resuscytacji.

### 4. Cele szczegółowe:

- Nabycie wiedzy teoretycznej na temat oceny stanu poszkodowanego oraz procedur związanych z wzywaniem pomocy i udzieleniem jej poszkodowanemu.
- Kształtowanie umiejętności oceny stanu poszkodowanego oraz dokonywania czynności niezbędnych do ratowania jego zdrowia/życia.
- Wdrażanie umiejętności ratowniczych w sytuacji, gdy poszkodowany jest nieprzytomny, ale oddycha.
- Nabywanie umiejętności resuscytacji.
- Pobudzanie do empatii.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Pierwsza pomoc p/medyczna – podstawy teoretyczne.
- Procedury związane z oceną stanu poszkodowanego oraz wzywaniem pomocy.
- Czynności udzielania pierwszej pomocy – w sytuacji gdy poszkodowany jest nieprzytomny, ale oddycha.
- Czynności postępowania w sytuacji gdy poszkodowany jest nieprzytomni i nie oddycha – resuscytacja.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Pogadanka, prezentacja multimedialna,
- Instruktaż, pokaz,
- Metoda Osborna - dyskusja,
- Metody ćwiczebne,
- Metody waloryzacyjne: impresyjne.

**7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:**

- Laptop,
- Rzutnik,
- Płyta z filmem,
- Fantomy do ćwiczeń.

**8. Przebieg zajęć:**

Treści kształcenia	Powitanie, wprowadzenie dobrej atmosfery do zajęć
Metody realizacji	Pogadanka, wypowiedzi ustna
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów, pyta z jakimi nastrojami zaczynają zajęcia, jak się dzisiaj czują, a następnie krótko wprowadza w tematykę zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i odpowiadają na zadawane pytania
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w kole, stoły zsunięte pod ścianę

Treści kształcenia	Pierwsza p/medyczna – procedury postępowania
Metody realizacji	Metoda waloryzacyjna – impresyjna
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik, płyta z filmem
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prezentuje uczniom krótki film ukazujący sytuację niesienia pierwszej pomocy przez ucznia wobec kolegi, który upadł przed szkołą i stracił przytomność. Film porusza także tematykę zachowania innych biernych obserwatorów tejże sytuacji
Czynności uczestników	Uczniowie oglądają filmik
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Sposoby reagowania świadków wypadku, zdarzenia
Metody realizacji	Dyskusja

Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje dyskusję na temat obejrzanego filmiku
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w dyskusji

Treści kształcenia	Pierwsza pomoc p/medyczna – zasady udzielania, ocena stanu poszkodowanego, wzywanie pomocy, udzielanie pierwszej pomocy p/medycznej w sytuacji gdy poszkodowany jest nieprzytomny i oddycha oraz kiedy jest nieprzytomny i nie oddycha – resuscytacja
Metody realizacji	Prezentacja multimedialna, mini wykład konwersatoryjny
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Laptop, rzutnik
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wspomagając się prezentacją multimedialną tłumaczy uczniom jak wzywać pierwszą pomoc, jak oceniać stan poszkodowanego oraz jakie podjąć czynności ratujące jego zdrowie/życie
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu

Treści kształcenia	Pierwsza pomoc p/medyczna – zasady udzielania, ocena stanu poszkodowanego, wzywanie pomocy, udzielanie pierwszej pomocy p/medycznej w sytuacji gdy poszkodowany jest nieprzytomny i oddycha oraz kiedy jest nieprzytomny i nie oddycha – resuscytacja
Metody realizacji	Instruktaż, pokaz, metoda ćwiczebna
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Fantom, środki dezynfekujące
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zaprasza uczniów do koła, pośrodku leży fantom. Nauczyciel prezentuje krok po kroku jak zareagować w sytuacji utraty przytomności poszkodowanego, sprawdzać czynności życiowe, następnie jak wzywać pomoc, wreszcie jakie kroki i działania podjąć samemu. Czynności zależne są od sytuacji czy poszkodowany jest przytomny i oddycha, czy też czy jest nieprzytomny i nie oddycha. W sytuacji gdy poszkodowany nie oddycha nauczyciel pokazuje kolejne etapy resuscytacji

Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie obserwują i słuchają nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła i stoły zsunięte pod ścianę. Na środku podłogi puzzle piankowe, dywan lub inne zabezpieczenie podłogi. Pośrodku leży fantom

Treści kształcenia	Pierwsza pomoc p/medyczna – zasady udzielania, ocena stanu poszkodowanego, wzywanie pomocy, udzielanie pierwszej pomocy p/medycznej w sytuacji gdy poszkodowany jest nieprzytomny i oddycha oraz kiedy jest nieprzytomny i nie oddycha – resuscytacja
Metody realizacji	Metoda ćwiczebna
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Fantom, środek dezynfekujący
Czynności prowadzącego	Nauczyciel zaprasza uczniów po kolei do powtórzenia jego czynności, reszta grupy w skupieniu obserwuje
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei ćwiczą umiejętności zaprezentowane wcześniej przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła i stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Bezpieczne ułożenie poszkodowanego – czynności konieczne w oczekiwaniu nafachową pomoc.
Metody realizacji	Instruktaż, pokaz, metoda ćwiczebna
Czas trwania	15 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi o dobranie się parami. Demonstruje pozycję bezpieczną do ułożenia poszkodowanego, po czym uczniowie w parach, na zmianę ćwiczą ją na sobie
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w zajęciach i w parach ćwiczą układanie poszkodowanego w pozycji bocznej bezpiecznej
Uwagi realizacyjne	Krzesła i stoły pod ścianą

Treści kształcenia	Podsumowanie treści związanych z pierwszą pomocą p/medyczną w sytuacji utraty przytomności
Metody realizacji	Pogadanka



Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Ankieta obrazkowa, broszurki z zakresu pierwszej pomocy p/medycznej Ankieta obrazkowa, broszurki z zakresu pierwszej pomocy p/medycznej
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, dziękuję za zaangażowanie. Rozdaje uczestnikom spotkania krótkie ankiety obrazkowe – obok obrazków należy wpisać kolejność czynności przy ocenie stanu poszkodowanego, wzywania pomocy oraz resuscytacji. Na konie nauczyciel rozdaje uczniom broszurki – kompendium wiedzy z zakresu pierwszej pomocy p/medycznej
Czynności uczestników	Uczniowie wypełniają ankiety, obrazkowe, dziękują za broszurki i żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Ankieta obrazkowa.



## ANEKS 1

### **Postępowanie po ujawnieniu nieletniego sprawcy czynu karalnego lub zagrożonego demoralizacją. Prawny i społeczny obowiązek powiadamiania organów ścigania i wymiaru sprawiedliwości.**

*Zanim zastanowimy się nad zasadami postępowania po ujawnieniu nieletniego sprawcy czynu karalnego i zagrożonego demoralizacją, powinniśmy wyjaśnić sobie co oznaczają pojęcia:*

- *nieletni,*
- *czyn karalny,*
- *przejawy demoralizacji.*

*Nieletni to nie określenie osoby niepełnoletniej, lecz osoba niepełnoletnia, która popełniła czyn karalny, bądź przejawiała zachowania świadczące o demoralizacji.*

*Osobę niepełnoletnią określa się również mianem małoletniego.*

*W świetle przepisów kodeksu rodzinnego i opiekuńczego (art. 92, 93, 94, 95, 96, 97 krio) każdy do 18 roku życia pozostaje pod władzą rodzicielską.*

*Osobę, która ukończyła 18 lat uznaje się za pełnoletnią (art. 10 kc).*

*Kobieta może od 16 lat uzyskać pełnoletność przez zawarcie małżeństwa (art. 10 § 1 krio).*

*Władza rodzicielska obejmuje w szczególności obowiązek i prawo rodziców do wykonywania pieczy nad osobą i majątkiem dziecka oraz do wychowywania dziecka, a także do reprezentowania dziecka, jako jego przedstawiciel ustawowy. Rodzice są przedstawicielami ustawowymi dziecka.*

*Celem wychowania jest troska o fizyczny i duchowy rozwój dziecka i przygotowanie go należycie do pracy dla dobra społeczeństwa, odpowiednio do jego uzdolnień. Dziecko powinno być posłuszne rodzicom. Władza rodzicielska powinna być wykonywana tak, jak tego wymaga dobro dziecka i interes społeczny.*

*Dziecko może wychowywać się w rodzinie zastępczej, wówczas osobę sprawującą nad nim władzę rodzicielską nazywany opiekunem prawnym.*

*Odpowiedzialność za czyny karalne następuje w wieku od ukończenia 13 do ukończenia 17 lat. Odpowiedzialność za przejawy demoralizacji następuje do ukończenia lat 18 (bez określenia dolnej granicy wiekowej).*

*Nieletni jest to (art. 1 i 2 ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich):*

- osoba, która nie ukończyła 18 lat i przejawia zachowania świadczące o demoralizacji,*
- osoba, która ukończyła 13 lat, ale nie ukończyła lat 17 i dopuściła się czynu karalnego,*
- osoba wobec której wykonywane są środki wychowawcze lub poprawczy, ich wykonywanie może być przedłużone do 21 roku życia.*

*Czyn karalny to popełnienie przestępstwa, przestępstwa skarbowego oraz niektórych wykroczeń.*

*Osoba, która ukończyła 17 lat i popełniła przestępstwo odpowiada na zasadach określonych w kodeksie karnym (art. 10 § 1 kk) i podlega karom (odpowiedzialności karnej) w nim przewidzianym (grzywna w wysokości od 100 zł do 720.000 zł, ograniczenie wolności do 1 roku, pozbawienie wolności od 1 miesiąca do 15 lat, 25 lat pozbawienia wolności, dożywotnie pozbawienie wolności), gdy popełni wykroczenie odpowiada na zasadach określonych w kodeksie wykroczeń (art. 8 kodeksu wykroczeń) i podlega karom, które on przewiduje (nagana, grzywna od 20 do 5.000 zł, ograniczenie wolności trwające 1 miesiąc, areszt od 5 do 30 dni).*

*Karane jest nie tylko dokonanie przestępstwa, ale również usiłowanie jego dokonania (art. 13 kk), współsprawstwo i sprawstwo kierownicze (art. 18 § 1 kk), podżeganie (nakłanianie do popełnienia przestępstwa art. 18 § 2 kk), pomocnictwo (art. 18 § 3 kk).*

*Podobnie rzecz się ma w przypadku wykroczeń, karalne jest również usiłowanie, współsprawstwo, sprawstwo kierownicze, podżeganie i pomocnictwo.*

*Sprawy osób, które ukończyły 17 lat i popełniły przestępstwo rozpatrują wydziały karne sądów (zwane sądami karnymi).*

*Sprawy osób, które ukończyły 17 i popełniły wykroczenie rozpatrują wydziały wykroczeniowe sądów (zwane sądami grodzkimi).*

*Sprawy nieletnich sprawców czynów karalnych i zagrożonych demoralizacją prowadzą wydziały rodzinne i nieletnich sądów (zwane sądami rodzinnymi).*

*Wobec nieletnich sprawców czynów karalnych sąd rodzinny stosuje środki wychowawcze takie jak m. in. wzmożony nadzór rodziców, nadzór kuratora sądowego, skierowanie na specjalne zajęcia np. grupy socjoterapeutycznej, umieszczenie w ośrodku szkolno-wychowawczym i środek poprawczy w postaci umieszczenia w zakładzie poprawczym (art. 5 i 6 upn.).*

*Wobec nieletnich przejawiających zachowania świadczące o demoralizacji sąd rodzinny stosuje środki wychowawcze.*

*Sąd również może zobowiązać rodziców, opiekuna nieletniego do działań mających na celu poprawę jego sytuacji (art. 7 upn.)*

*Sąd może ograniczyć, zawiesić wykonywanie władzy przez jednego lub obojga rodziców, a w uzasadnionych przypadkach nawet całkowicie pozbawić możliwości sprawowania władzy rodzicielskiej.*

*Jeżeli nieletni po ukończeniu 15 lat dopuści się popełnienia czynu karalnego stanowiącego przestępstwo opisane w art. 10 § 2 kodeksu karnego:*

- *zamach na życie Prezydenta RP,*
- *zabójstwo, spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu lub kalectwa,*
- *srowadzenie powszechnego niebezpieczeństwa dla życia, zdrowia lub mienia w postaci pożaru, rozprzestrzenienia się substancji trujących, duszących lub parzących,*
- *uprowadzenie statku wodnego lub powietrznego,*
- *srowadzenie katastrofy w ruchu lądowym, wodnym, powietrznym zagrażającej życiu lub zdrowiu wielu osób albo mieniu w wielkich rozmiarach,*
- *zgwałcenie ze szczególnym okrucieństwem lub wspólnie z innymi osobami,*
- *zamach terrorystyczny,*
- *napad rabunkowy, rozbój,*
- *jego sprawę może rozpatrywać sąd karny i mogą być wobec niego zastosowane kary przewidziane w kodeksie karnym.*

*Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich nie definiuje pojęcia demoralizacji.*

*W art. 4 § 1 przytoczone są przykłady zachowań będących przejawem demoralizacji, użyte jest sformułowanie: „świadczących o demoralizacji nieletniego, w szczególności naruszanie zasad współżycia społecznego, popełnienie czynu zabronionego, systematyczne uchylanie się od obowiązku szkolnego lub kształcenia zawodowego, używanie alkoholu lub innych środków w celu wprowadzenia się w stan odurzenia, uprawianie nierządu, włóczęgostwo, udział w grupach przestępczych”, użycie słowa „w szczególności” świadczy o tym, że nie jest to zamknięty katalog zachowań, a jedynie przykłady takich zachowań.*

Przejawy demoralizacji u nieletnich:

- niesystematyczne uczęszczanie do szkoły,
- wagary, inne zaniedbywanie nauki,
- niestosowne zachowanie się w szkole i poza szkołą,
- dłuższe przebywanie poza domem bez kontroli,
- wałęsanie się w towarzystwie zdemoralizowanych kolegów i łączenie się w grupy,
- zachowania agresywne,
- wandalizm,
- ucieczki z domu,
- palenie tytoniu,
- picie alkoholu,
- używanie narkotyków i innych środków odurzających,
- przedwczesne podejmowanie życia seksualnego,
- popełnianie czynów zabronionych przez osobę w wieku poniżej 13 lat lub nie uznanych za czyny karalne.

*Zachowania tego rodzaju będące przejawem demoralizacji (niedostosowania społecznego), znajdują się przedmiotem zainteresowania sądu rodzinnego, jeżeli występują jako zespoły po 2-3 różnego rodzaju, powtarzają się wielokrotnie, przybierając postać systematycznego postępowania.*

*Szkoła informuje sąd rodzinny o zachowaniach nieletniego, będących przejawem demoralizacji i wnioskuje o podjęcie działań mających na celu zapobieganie temu zjawisku, gdy zostaną wyczerpane jej możliwości działania. Kiedy podjęte przez szkołę działania wychowawcze, psychologiczno-pedagogiczne, wynikające z jej statutowych uprawnień nie odniosły skutku i wyczerpały się możliwości dalszego działania.*

*Społeczny obowiązek powiadamiania sądu o zachowaniach stwierdzonych u nieletniego wynika z zapisów art. 4 Ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich i z art. 304 Kodeksu postępowania karnego:*

- *Każdy ma obowiązek, o zachowaniach świadczących o demoralizacji nieletniego, zawiadomić jego rodziców, opiekuna, szkołę, sąd rodzinny, policję lub inny właściwy organ – np. kuratorium oświaty, kuratora sądowego, prokuratora, kierownika zakładu, w którym nieletni jest zatrudniony, itp. (art. 4 § 1 upn).*
- *Każdy ma obowiązek odpowiedniego przeciwdziałania przejawom zachowania świadczącego o demoralizacji nieletniego. Przeciwdziałanie, poza zawiadomieniem właściwych osób lub organów, obejmuje również podjęcie przez osobę, która stwierdziła istnienie okoliczności świadczących o demoralizacji nieletniego, samodzielnych działań bezpośrednio zmierzających do*

*niedopuszczenia lub przzerwania zachowań nieletniego, np. zwrócenie nieletniemu uwagi na jego niewłaściwe zachowanie, przeszkodzenie w dokonaniu czynu zabronionego, obrona osoby będącej przedmiotem jego bezprawnego zamachu.*

- *Każdy ma obowiązek o popełnieniu czynu karalnego przez nieletniego zawiadomić sąd rodzinny lub policję (nie rodziców, opiekuna, szkołę lub inny właściwy organ – art. 4 § 2 upn).*

**Szkoła, jako instytucja ma obowiązek prawny powiadamiania sądu rodzinnego lub policji o popełnieniu przez nieletniego czynu karalnego ściganego z urzędu – co również wynika z zapisów art. 4 upn i art. 304 kpk:**

*Szkoła informuje sąd rodzinny o zachowaniach świadczących o demoralizacji nieletniego, w sytuacjach kiedy podjęte przez nią oddziaływania w ramach własnych kompetencji, (np. rozmowy wychowawcze z nieletnim i jego rodzicami, skierowanie na odbywające się w szkole zajęcia grupy socjoterapeutycznej, zaproszenie do rozmów wychowawczych specjalisty ds. nieletnich) nie przyniosły poprawy w zachowaniu ucznia.*

*Szkoła w przypadku powzięcia informacji o popełnieniu przez nieletniego czynu karalnego ściganego z urzędu, ma prawny obowiązek niezwłocznego powiadamiania o tym sądu rodzinnego lub policji oraz przedsięwzięcia czynności nie cierpiących zwłoki, aby nie dopuścić zatarcia śladów i dowodów popełnienia czynu (art. 4 § 3 upn).*

*Jeżeli uczeń ukończył już 17 lat i popełnił przestępstwo szkoła ma obowiązek powiadomić prokuraturę lub policję (art. 304 kodeksu postępowania karnego).*

*W przypadku stwierdzenia popełnienia przez nieletniego czynu karalnego ściganego na wniosek osoby pokrzywdzonej lub z oskarżenia prywatnego (zgwałcenie, znieważenie, naruszenie nietykalności cielesnej, naruszenie czynności organizmu do 7 dni, uszkodzenie rzeczy), zanim szkoła powiadomi policję winna zawiadomić rodziców, opiekuna pokrzywdzonego, którzy podejmą decyzję o złożeniu zawiadomienia do sądu, czy policji. W przypadku zgwałcenia osoby niepełnoletniej, jeżeli rodzice, opiekunowie osoby pokrzywdzonej nie chcieliby złożyć zawiadomienia do policji, należałoby o tym fakcie zawiadomić sąd rodzinny lub policję (trudno takie działania uznać działaniem usprawiedliwionym dobrem dziecka).*

*Obowiązek zawiadomienia sądu rodzinnego lub policji powstaje z chwilą, gdy w szkole zostało wyjaśnione, że istnieje dostateczny stopień podejrzenia, iż rzeczywiście popełniono czyn karalny.*

*Obowiązek ten spoczywa na kierownictwie szkoły.*

Zawiadomienie może być złożone w formie pisemnej, albo przyjęte przez policję w formie ustnej – w postaci sporządzenia protokołu przyjęcia ustnego zawiadomienia o przestępstwie, czy wykroczeniu – po uprzednim np. telefonicznym wezwaniu przedstawicieli policji na miejsce zdarzenia.

Zawiadomienie policji, sądu rodzinnego o popełnieniu czynu karalnego powinno nastąpić niezwłocznie, to znaczy bez zbędnego odwlekania tego zawiadomienia w czasie. Zawiadomienie o błahych sprawach, jak np. drobnej kradzieży może nastąpić pisemnie, w możliwie krótkim czasie. Jednak kiedy na terenie szkoły dojdzie do poważnego przestępstwa, jak na przykład rozboju, ciężkiego uszkodzenia ciała, wniesienia do szkoły narkotyków powiadomienie policji powinno mieć charakter natychmiastowy, poprzez powiadomienie telefoniczne na nr 997.

Niespełnienie obowiązku zawiadomienia o popełnieniu przez nieletniego czynu karalnego może pociągnąć za sobą odpowiedzialność karną za przestępstwo „nadużycia uprawnień przez funkcjonariusza publicznego”, określonego w art. 231 kk (Wyrok SN z dnia 23.08.1971 r., I KR 151/71, OSNKW 1972, nr 1, poz. 3).

Czynności nie cierpiące zwłoki, czyli takie, których przeprowadzenia nie można odwlec w czasie, mające nie dopuścić do zatarcia śladów i dowodów popełnienia czynu karalnego, mają służyć zabezpieczeniu miejsca zdarzenia, śladów i dowodów popełnienia czynu przed jakimikolwiek zmianami ze strony uczestników zdarzenia i osób postronnych.

Szkoła informuje niezwłocznie sąd rodzinny lub policję o każdym przypadku popełnienia przez nieletniego czynu karalnego. Nie ma tutaj zastosowania wcześniejsze podejmowanie działań w ramach pracy wychowawczej i psychologiczno-pedagogicznej, wynikających ze statutowych zadań szkoły. Oczywiście podejmowanie działań wychowawczych i świadczenie pomocy psychologiczno – pedagogicznej będzie konieczne w dalszej pracy z uczniem, po poinformowaniu organów powołanych do ścigania sprawców czynów karalnych.

Właściwość miejscową jednostki policji oraz prokuratury i sądu karnego określa miejsce popełnienia czynu, właściwość miejscową sądu rodzinnego określa miejsce zamieszkania nieletniego.

### **Wyciąg z przepisów prawnych dotyczących zasad postępowania z nieletnimi**

#### **Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich:**

Art. 1. § 1. Przepisy ustawy stosuje się w zakresie:

- zapobiegania i zwalczania demoralizacji - w stosunku do osób, które nie ukończyły lat 18,



- postępowania w sprawach o czyny karalne - w stosunku do osób, które dopuściły się takiego czynu po ukończeniu lat 13, ale nie ukończyły lat 17,
- wykonywania środków wychowawczych lub poprawczych - w stosunku do osób, względem których środki te zostały orzeczone, nie dłużej jednak niż do ukończenia przez te osoby lat 21.

§ 2. Ilekroć w ustawie jest mowa o:

- „nieletnich” - rozumie się przez to osoby, o których mowa w § 1,
- „czynie karalnym” - rozumie się przez to czyn zabroniony przez ustawę jako: przestępstwo lub przestępstwo skarbowe albo wykroczenie określone w art. 51, 62 <sup>(1)</sup>, 69, 74, 76, 85, 87, 119, 122, 124, 133 lub 143 Kodeksu wykroczeń.

art. 51 kw - „zakłócenie wybrykiem spokoju lub porządku publicznego”

art. 62 kw - skreślony (było: „znęcanie się nad zwierzętami” - obecnie jest to przestępstwo),

art. 69 kw - „niszczenie i uszkodzanie znaków umieszczonych przez organ państwowy”

art. 74 kw - „uszkodzanie znaków lub urządzeń zapobiegających niebezpieczeństwu”,

art. 76 kw - „rzucanie kamieniami lub innymi przedmiotami w pojazd mechaniczny będący w ruchu”,

art. 85 kw - „samowolna zmiana, niszczenie lub uszkodzanie znaków drogowych”,

art. 87 kw - „prowadzenie pojazdu przez osobę znajdującą się w stanie wskazującym na użycie alkoholu lub podobnie działającego środka”

art. 119 kw - „kradzież lub przywłaszczenie mienia”,

art. 122 kw - „paserstwo”

art. 124 kw - „niszczenie lub uszkodzenie mienia”

art. 133 kw - „spekulacja biletami wstępu”

art. 143 kw - „utrudnianie korzystania z urządzeń przeznaczonych do użytku publicznego”

Art. 2. Przewidziane w ustawie działania podejmuje się w wypadkach, gdy nieletni wykazuje przejawy demoralizacji lub dopuści się czynu karalnego.

### **Kodeks karny:**

Art. 10. § 1. Na zasadach określonych w tym kodeksie odpowiada te, kto popełnia czyn zabroniony po ukończeniu 17 lat.

§ 2. Nietletni, który po ukończeniu 15 lat dopuszcza się popełnienia czynu zabronionego określonego w art. 134, art. 148 § 1, 2 lub 3, art. 156 § 1 lub 3, art. 163 § 1 lub 3, art. 166, art. 173 § 1 lub 3, art. 197 § 3, art. 252 § 1 lub 2 oraz w art. 280, może odpowiadać na zasadach określonych w tym kodeksie, jeżeli okoliczności sprawy oraz stopień rozwoju sprawcy, jego właściwości i warunki osobiste za tym przemawiają, a w szczególności, jeżeli poprzednio stosowane środki wychowawcze lub poprawcze okazały się bezskuteczne.

### **Kodeks wykroczeń:**

Art. 8. Na zasadach określonych w niniejszej ustawie odpowiada ten, kto popełnia czyn zabroniony po ukończeniu lat 17.

### **Kodeks cywilny:**

Art. 10. § 1. Pełnoletnim jest, kto ukończył lat osiemnaście.

§ 2. Przez zawarcie małżeństwa małoletni uzyskuje pełnoletność.

### **Kodeks rodzinny i opiekuńczy:**

Art. 92. Dziecko pozostaje aż do pełnoletności pod władzą rodzicielską.

Art. 93. Władza rodzicielska przysługuje obojgu rodzicom.

Art. 95. § 1. Władza rodzicielska obejmuje w szczególności obowiązek i prawo rodziców do wykonywania pieczy nad osobą i majątkiem dziecka oraz do wychowywania dziecka.

§ 2. Dziecko pozostaje pod władzą winno rodzicom posłuszeństwo.

§ 3. Władza rodzicielska powinna być wykonywana tak, jak tego wymaga dobro dziecka i interes społeczny.

Art. 96. Rodzice wychowują dziecko pozostające pod ich władzą rodzicielską i kierują nim. Obowiązani są troszczyć się o fizyczny i duchowy rozwój dziecka i przygotować je należycie do pracy dla dobra społeczeństwa odpowiednio do jego uzdolnień.

Art. 98. § 1. Rodzice są przedstawicielami ustawowymi dziecka pozostającego pod ich władzą rodzicielską.

§ 2. Jednakże żadne z rodziców nie może reprezentować dziecka:

przy czynnościach prawnych między dziećmi pozostającymi pod ich władzą rodzicielską;

przy czynnościach prawnych między dzieckiem a jednym z rodziców lub jego małżonkiem, chyba, że czynność prawna polega na bezpłatnym przy-

sporzeniu na rzecz dziecka albo że dotyczy należnych dziecku od drugiego z rodziców środków utrzymania i wychowania.

§ 3. Przepisy paragrafu poprzedzającego stosuje się odpowiednio w postępowaniu przed sądem lub innym organem państwowym.

### **Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich:**

Art. 4. § 1. Każdy, kto stwierdzi istnienie okoliczności świadczących o demoralizacji nieletniego, w szczególności naruszanie zasad współżycia społecznego, popełnienie czynu zabronionego, systematyczne uchylanie się od obowiązku szkolnego lub kształcenia zawodowego, używanie alkoholu lub innych środków w celu wprowadzenia się w stan odurzenia, uprawianie nierządu, włóczęgostwo, udział w grupach przestępczych, ma społeczny obowiązek odpowiedniego przeciwdziałania temu, a przede wszystkim zawiadomienia o tym rodziców lub opiekuna nieletniego, szkoły, sądu rodzinnego, Policji lub innego właściwego organu.

§ 2. Każdy, dowiedziawszy się o popełnieniu czynu karalnego przez nieletniego, ma społeczny obowiązek zawiadomić o tym sąd rodzinny lub Policję.

§ 3. Instytucje państwowe i organizacje społeczne, które w związku ze swą działalnością dowiedziały się o popełnieniu przez nieletniego czynu karalnego ściganego z urzędu, są obowiązane niezwłocznie zawiadomić o tym sąd rodzinny lub Policję oraz przedsięwziąć czynności niecierpiące zwłoki, aby nie dopuścić do zatarcia śladów i dowodów popełnienia czynu.

Art. 4a. Podmioty współdziałające z sądem rodzinnym, a w szczególności: instytucje państwowe, społeczne lub jednostki samorządowe oraz osoby godne zaufania, w zakresie swego działania, udzielają na żądanie sądu rodzinnego informacji niezbędnych w toku postępowania.

Art. 17. § 1. Właściwość miejscową sądu rodzinnego ustala się według miejsca zamieszkania nieletniego, a w razie trudności w ustaleniu miejsca zamieszkania - według miejsca pobytu nieletniego.

### **Kodeks postępowania karnego:**

Art. 243 § 1. Każdy ma prawo ująć osobę na gorącym uczynku przestępstwa lub w pościgu podjętym bezpośrednio po popełnieniu przestępstwa, jeżeli zachodzi obawa ukrycia się tej osoby lub nie można ustalić jej tożsamości.

§ 2. Osobę ujętą należy bezzwłocznie oddać w ręce policji.

Art. 304. § 1. Każdy dowiedziawszy się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu ma społeczny obowiązek zawiadomić o tym prokuratora lub policję. Przepis art. 191 § 3 stosuje się odpowiednio (*Jeżeli zachodzi obawa użycia*

*przemocy lub groźby bezprawnej wobec świadka lub osoby najbliższej w związku z jego czynnościami, może on zastrzec dane dotyczące miejsca zamieszkania do wyłącznej wiadomości prokuratora lub sądu. Pisma procesowe doręcza się wówczas do instytucji, w której świadek jest zatrudniony lub na inny wskazany przez niego adres.).*

§ 2. Instytucje państwowe i samorządowe, które w związku ze swą działalnością dowiedziały się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu, są obowiązane niezwłocznie zawiadomić o tym prokuratora lub policję oraz przedsięwziąć niezbędne czynności do czasu przybycia organu powołanego do ścigania przestępstw lub do czasu wydania przez ten organ stosownego zarządzenia, aby nie dopuścić do zatarcia śladów i dowodów popełnienia przestępstwa.

### **Kodeks postępowania w sprawach o wykroczenia:**

Art. 45. § 2. Art. 243 Kodeksu postępowania karnego stosuje się odpowiednio (*patrz wyżej*)

### **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem:**

§ 9. Szkoły i placówki podejmują działania interwencyjne polegające na powiadomieniu rodziców i Policji w sytuacjach kryzysowych, w szczególności gdy dzieci lub młodzież używają, posiadają lub rozprawdzają środki lub substancje, o których mowa w § 1 (*środki odurzające lub substancje psychotropowe*).

§ 10. Szkoły i placówki opracowują, zgodnie ze statutem, strategię działań wychowawczych i zapobiegawczych oraz interwencyjnych wobec dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem, która uwzględnia w szczególności:

- 4) procedury postępowania w sytuacjach szczególnych zagrożeń związanych ze środkami odurzającymi i substancjami psychotropowymi, z uwzględnieniem zadań osób podejmujących interwencje;
- 9) sposób współdziałania pracowników szkoły ze służbą zdrowia i Policją w sytuacjach wymagających interwencji;

### **Kodeks karny:**

Art. 231. § 1. Funkcjonariusz publiczny, który przekraczając swoje uprawnienia lub nie dopełniając obowiązków, działa na szkodę interesu publicznego lub prywatnego, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2. Jeżeli sprawca dopuszcza się czynu określonego w § 1 w celu osiągnięcia

korzyści majątkowej lub osobistej, podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

§ 3. Jeżeli sprawca czynu określonego w § 1 działa nieumyślnie i wyrządza istotną szkodę, podlega karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

### **Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich:**

Art. 5. Wobec nieletniego mogą być stosowane środki wychowawcze oraz środek poprawczy w postaci umieszczenia w zakładzie poprawczym; kara może być orzeczona tylko w wypadkach prawem przewidzianych, jeżeli inne środki nie są w stanie zapewnić resocjalizacji nieletniego.

### **Art. 6. Wobec nieletnich sąd rodzinny może:**

- udzielić upomnienia,
- zobowiązać do określonego postępowania, a zwłaszcza do naprawienia wyrządzonej szkody, do wykonania określonych prac lub świadczeń na rzecz pokrzywdzonego lub społeczności lokalnej, do przeproszenia pokrzywdzonego, do podjęcia nauki lub pracy, do uczestniczenia w odpowiednich zajęciach o charakterze wychowawczym, terapeutycznym lub szkoleniowym, do powstrzymania się od przebywania w określonych środowiskach lub miejscach albo do zaniechania używania alkoholu lub innego środka w celu wprowadzania się w stan odurzenia,
- ustanowić nadzór odpowiedzialny rodziców lub opiekuna,
- ustanowić nadzór organizacji młodzieżowej lub innej organizacji społecznej, zakładu pracy albo osoby godnej zaufania - udzielających poręczenia za nieletniego,
- zastosować nadzór kuratora,
- skierować do ośrodka kuratorskiego, a także do organizacji społecznej lub instytucji zajmujących się pracą z nieletnimi o charakterze wychowawczym, terapeutycznym lub szkoleniowym, po uprzednim porozumieniu się z tą organizacją lub instytucją,
- orzec zakaz prowadzenia pojazdów,
- orzec przepadek rzeczy uzyskanych w związku z popełnieniem czynu karalnego,
- orzec umieszczenie w rodzinie zastępczej, w odpowiedniej placówce opiekuńczo-wychowawczej albo ośrodka szkolno-wychowawczym,
- orzec umieszczenie w zakładzie poprawczym,

- zastosować inne środki zastrzeżone w niniejszej ustawie do właściwości sądu rodzinnego,
- zastosować inne środki przewidziane w Kodeksie rodzinnym i opiekuńczym.

Art. 7. § 1. Sąd rodzinny może:

- zobowiązać rodziców lub opiekuna do poprawy warunków wychowawczych, bytowych lub zdrowotnych nieletniego, a także do ścisłej współpracy ze szkołą, do której nieletni uczęszcza, poradnią psychologiczno-pedagogiczną lub inną poradnią specjalistyczną, zakładem pracy, w którym jest zatrudniony, oraz lekarzem lub zakładem leczniczym,
- zobowiązać rodziców lub opiekuna do naprawienia w całości lub w części szkody wyrządzonej przez nieletniego.

§ 2. Sąd może zwrócić się do właściwych instytucji państwowych lub społecznych oraz jednostek samorządowych o udzielenie niezbędnej pomocy w poprawie warunków wychowawczych, bytowych lub zdrowotnych nieletniego.

### **Komentarz do treści zapisów procedur (zapisany jest kursywą).**

#### **Działania interwencyjne:**

**W przypadku uzyskania informacji, że uczeń który, nie ukończył 18 lat, używa alkoholu lub innych środków w celu wprowadzenia się w stan odurzenia, uprawia nierząd, bądź przejawia inne zachowania świadczące o demoralizacji, nauczyciel powinien podjąć następujące kroki:**

Przekazać uzyskaną informację wychowawcy klasy.

Wychowawca informuje o fakcie pedagoga/psychologa szkolnego i dyrektora szkoły.

Wychowawca zaprasza do szkoły rodziców (prawnych opiekunów) ucznia i przekazuje im uzyskaną informację. Przeprowadza rozmowę z rodzicami oraz z uczniem, w ich obecności. W przypadku potwierdzenia informacji, zobowiązuje ucznia do zaniechania negatywnego postępowania, rodziców zaś bezwzględnie do szczególnego nadzoru nad dzieckiem. W toku interwencji profilaktycznej może zaproponować rodzicom skierowanie dziecka do specjalistycznej placówki i udział dziecka w programie terapeutycznym.

Jeżeli rodzice odmawiają współpracy lub nie stawiają się do szkoły, a nadal z wiarygodnych źródeł napływają informacje o przejawach demoralizacji ich dziecka, szkoła pisemnie powiadamia o zaistniałej sytuacji sąd rodzinny lub policję (specjalistę ds. nieletnich).

Podobnie, szkoła powiadamia sąd lub policję, jeżeli wykorzysta wszystkie dostępne jej środki oddziaływać wychowawczych, (rozmowa z rodzicami, ostrzeżenie ucznia, spotkania z pedagogiem, psychologiem, itp.), a ich zastosowanie nie przynosi oczekiwanych rezultatów. Dalszy tok postępowania leży w kompetencji tych instytucji.

Jeżeli zachowania świadczące o demoralizacji przejawia uczeń który ukończył 18 lat, a nie jest to udział w działalności grup przestępczych czy popełnienie przestępstwa, to postępowanie nauczyciela powinno być określone przez wewnętrzny regulamin szkoły.

W przypadku uzyskania informacji o popełnieniu przez ucznia, który ukończył 17 lat, przestępstwa ściganego z urzędu lub jego udziału w działalności grup przestępczych, zgodnie z art. 304 § 2 kodeksu postępowania karnego, szkoła jako instytucja jest obowiązana niezwłocznie zawiadomić o tym prokuratora lub policję.

*Zapisy tego punktu procedur nie budzą żadnych zastrzeżeń. Proponowane postępowanie nauczycieli jest prawidłowe, zgodne z obowiązującymi przepisami prawa. Jedyne proponowany katalog zachowań świadczących o demoralizacji jest zbyt wąski, użyte zostały tylko przykłady zachowań opisanych w art. 4 § 1 upn.*

**W przypadku, gdy nauczyciel podejrzewa, że na terenie szkoły znajduje się uczeń będący pod wpływem alkoholu lub narkotyków powinien podjąć następujące kroki:**

Powiadamia o swoich przypuszczeniach wychowawcę klasy.

Odizolowuje ucznia od reszty klasy, ale ze względów bezpieczeństwa nie pozostawia go samego; stwarza warunki, w których nie będzie zagrożone jego życie ani zdrowie.

Wzywa lekarza w celu stwierdzenia stanu trzeźwości lub odurzenia, ewentualnie udzielenia pomocy medycznej.

Zawiadamia o tym fakcie dyrektora szkoły oraz rodziców/opiekunów, których zobowiązuje do niezwłocznego odebrania ucznia ze szkoły. Gdy rodzice/opiekunowie odmówią odebrania dziecka, o pozostaniu ucznia w szkole, czy przewiezieniu do placówki służby zdrowia, albo przekazaniu go do dyspozycji funkcjonariuszom policji - decyduje lekarz, po ustaleniu aktualnego stanu zdrowia ucznia i w porozumieniu z dyrektorem szkoły/placówki.

Szkoła zawiadamia najbliższą jednostkę policji, gdy rodzice ucznia będącego pod wpływem alkoholu - odmawiają przyścia do szkoły, a jest on agresywny, bądź swoim zachowaniem daje powód do zgorznięcia albo zagraża życiu lub zdrowiu innych osób. W przypadku stwierdzenia stanu nietrzeźwości, policja ma moż-

liwość przewiezienia ucznia do izby wytrzeźwień, albo do policyjnych pomieszczeń dla osób zatrzymanych - na czas niezbędny do wytrzeźwienia (maksymalnie do 24 godzin). O fakcie umieszczenia zawiadamia się rodziców/opiekunów oraz sąd rodzinny jeśli uczeń nie ukończył 18 lat.

Jeżeli powtarzają się przypadki, w których uczeń (przed ukończeniem 18 lat) znajduje się pod wpływem alkoholu lub narkotyków na terenie szkoły, to szkoła ma obowiązek powiadomienia o tym policji (specjalisty ds. nieletnich) lub sądu rodzinnego.

Spożywanie alkoholu na terenie szkoły przez ucznia, który ukończył 17 lat, stanowi wykroczenie z art. 43<sup>1</sup> ust. 1 Ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi. Należy o tym fakcie powiadomić policję. Dalszy tok postępowania leży w kompetencji tej instytucji.

*Zapisy tego punktu procedur nie budzą żadnych zastrzeżeń. Proponowane postępowanie nauczycieli jest prawidłowe, zgodne z obowiązującymi przepisami prawa. Należy jednak zwrócić uwagę, że w przypadkach, gdy rodzice odmawiają współpracy ze szkołą i nie chcą odebrać swojego niepełnoletniego dziecka, należy o tym fakcie poinformować sąd rodzinny i opisać zachowanie rodziców świadczące o braku właściwej opieki i niewypełnianiu zadań wynikających ze sprawowania władzy i opieki rodzicielskiej.*

**W przypadku, gdy nauczyciel znajduje na terenie szkoły substancję przypominającą wyglądem narkotyk powinien podjąć następujące kroki:**

Nauczyciel zachowując środki ostrożności zabezpiecza substancję przed dostępem do niej osób niepowołanych oraz ewentualnym jej zniszczeniem do czasu przyjazdu policji, próbuje (o ile to jest możliwe w zakresie działań pedagogicznych) ustalić, do kogo znaleziona substancja należy.

Powiadamia o zaistniałym zdarzeniu dyrektora szkoły i wzywa policję.

Po przyjeździe policji niezwłocznie przekazuje zabezpieczoną substancję i przekazuje informacje dotyczące szczegółów zdarzenia.

**W przypadku, gdy nauczyciel podejrzewa, że uczeń posiada przy sobie substancję przypominającą narkotyk, powinien podjąć następujące kroki:**

Nauczyciel w obecności innej osoby (wychowawca, pedagog, dyrektor, itp.) ma prawo żądać, aby uczeń przekazał mu tę substancję, pokazał zawartość torby szkolnej oraz kieszeni (we własnej odzieży), ewentualnie innych przedmiotów budzących podejrzenie co do ich związku z poszukiwaną substancją. Nauczyciel



nie ma prawa samodzielnie wykonać czynności przeszukania odzieży ani teczki ucznia - jest to czynność zastrzeżona wyłącznie dla policji.

O swoich spostrzeżeniach powiadamia dyrektora szkoły oraz rodziców/opiekunów ucznia i wzywa ich do natychmiastowego stawiennictwa.

W przypadku, gdy uczeń, mimo wezwania, odmawia przekazania nauczycielowi substancji i pokazania zawartości teczki, szkoła wzywa policję, która przeszukuje odzież i przedmioty należące do ucznia oraz zabezpiecza znalezione substancję i zabiera ją do ekspertyzy.

Jeżeli uczeń wyda substancję dobrowolnie, nauczyciel, po odpowiednim zabezpieczeniu, zobowiązany jest bezzwłocznie przekazać ją do jednostki policji. Wcześniej próbuje ustalić, w jaki sposób i od kogo, uczeń nabył substancję. Całe zdarzenie nauczyciel dokumentuje, sporządzając możliwie dokładną notatkę z ustaleń wraz ze swoimi spostrzeżeniami.

#### UWAGA:

Zgodnie z przepisami ustawy o przeciwdziałaniu narkomanii - w Polsce karalne jest:

- posiadanie każdej ilości środków odurzających lub substancji psychotropowych;
- wprowadzanie do obrotu środków odurzających;
- udzielanie innej osobie, ułatwianie lub umożliwianie ich użycia oraz nakłanianie do użycia;
- wytwarzanie i przetwarzanie środków odurzających.

Każde z wymienionych zachowań jest czynem karalnym w rozumieniu przepisów ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich, jeśli sprawcą jest uczeń, który ukończył 13 lat, a nie ukończył 17 lat.

Z przestępstwem mamy do czynienia jeżeli któryś z wymienionych czynów popełni uczeń, po ukończeniu 17 lat. W takiej sytuacji mają zastosowanie przepisy ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. - Kodeks postępowania karnego.

Jeżeli przestępstwo ma miejsce na terenie szkoły, należy wezwać policję.

W każdym przypadku popełnienia czynu karalnego przez ucznia, który nie ukończył 17 lat należy zawiadomić policję lub sąd rodzinny, a w przypadku popełnienia przestępstwa przez ucznia, który ukończył 17 rok życia prokuratora lub policję (art. 4 Upn i art. 304 Kpk).

*Zaproponowany w tym punkcie procedury sposób działania nauczyciela nie budzi wątpliwości.*

*W wyżej opisanym przypadku szkoła powinna ustalić okoliczności zdarzenia. Zebrać informację o okolicznościach zdarzenia, ustalić ewentualnych świadków – czynności te należy wykonać w celu uprawdopodobnienia informacji o zachowaniu niezgodnym z prawem, o którym należy powiadomić policję. Szkoła jednak nie powinna wyręczać policji w zbieraniu dowodów popełnienia czynu, przesłuchiwaniu świadków, dokonywaniu przeszukań. Czynności podjęte przez szkołę mają polegać na niedopuszczeniu do zatarcia się śladów i dowodów popełnienia czynu lub ich utraty, ustaleniu okoliczności, które będą pomocne policji w zebraniu dowodów popełnienia czynu karalnego.*

*W szkole powinien być powołany zespół interwencyjny. Przedstawiciele tego zespołu powinni być odpowiednio przygotowani do podejmowania czynności z uczniem wchodzącym w konflikt z prawem. W takim zespole powinien się znaleźć mężczyzna, np. nauczyciel wychowania fizycznego, którego obecność zapewni bezpieczeństwo jego pozostałych uczestników. To przedstawiciele zespołu powinni sporządzić dla potrzeb policji notatkę z poczynionych ustaleń.*

*Wskazane jest, aby podejmując czynności w szkole wobec ucznia podejrzanego o posiadanie środków odurzających odizolować go od innych uczniów. Czynności z nim prowadzić w osobnym pomieszczeniu. Czynności powinny wykonywać co najmniej dwie osoby.*

*W sytuacji, gdy uczeń posiada przy sobie środki odurzające jest sprawcą czynu karalnego należy (zgodnie z zapisem art. 4 § 2 i 3 upn.) niezwłocznie powiadomić policję.*

*Należy sobie zdawać sprawę, że wezwani do szkoły rodzice (opiekun) mają obowiązek współpracować ze szkołą w działaniach interwencyjnych, nie mają jednak uprawnień do zabrania ze szkoły ucznia podejrzanego o posiadanie substancji odurzającej, przed przybyciem wezwanej do szkoły policji.*

*Jeżeli, wezwani do szkoły rodzice (opiekun) nie dotarli na miejsce przed przybyciem policji, to policjanci, którzy zatrzymają nieletniego ucznia będą o tym fakcie powiadamiali jego rodziców, opiekuna. Jeżeli rodzice (opiekun) pojawią się w szkole wkrótce po zakończeniu czynności przez policję, należy ich skierować do właściwej jednostki policji.*

*W przypadku, gdy policjanci wykonujący swoje czynności na miejscu zdarzenia, podejmą decyzję o potrzebie zatrzymania ucznia, dyrektor szkoły lub inna wyznaczona przez niego osoba może żądać od policjantów potwierdzenia na piśmie faktu zatrzymania ucznia i zabrania go ze szkoły, z podaniem danych funkcjonariusza wykonującego tę czynność.*

*Zbieranie i utrwalanie dowodów czynu karalnego, czy przestępstwa należy do policji. Udział rodziców w tych czynnościach określa ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich i policjanci są zobowiązani do przestrzegania tych procedur.*

*Obecność rodziców będzie w szkole niezbędna po zakończeniu czynności przez policję w szkole, w celu omówienia zasad pracy wychowawczej z ich dzieckiem i pomocy psychologiczno-pedagogicznej, w celu zapobieżenia dalszej demoralizacji, bądź popełnianiu czynów karalnych.*

*Szczególną uwagę należy zwrócić na informację podaną wytłuszczonym drukiem na końcu tego punktu procedur o konieczności powiadamiania policji o każdym przypadku popełnienia przez nieletniego ucznia czynu karalnego, czy przez ucznia który ukończył 17 lat przestępstwa, ale także i wykroczenia (patrz wykaz czynów karalnych, będących przestępstwami, bądź wykroczeniami).*

#### **Postępowanie wobec ucznia – sprawcy czynu karalnego lub przestępstwa:**

- niezwłoczne powiadomienie dyrektora szkoły,
- ustalenie okoliczności czynu i ewentualnych świadków zdarzenia,
- przekazanie sprawcy (o ile jest znany i przebywa na terenie szkoły) dyrektorowi szkoły, lub pedagogowi szkolnemu pod opiekę,
- powiadomienie rodziców ucznia-sprawcy,
- niezwłoczne powiadomienie policji w przypadku gdy sprawa jest poważna (rozbój, uszkodzenie ciała, itp.), lub sprawca nie jest uczniem szkoły i jego tożsamość nie jest nikomu znana,
- zabezpieczenie ewentualnych dowodów przestępstwa, lub przedmiotów pochodzących z przestępstwa i przekazanie ich policji (np. sprawca rozboju na terenie szkoły używa noża i uciekając porzuca go lub porzuca jakiś przedmiot pochodzący z kradzieży).

*Nieporozumieniem jest interpretacja, że policja powinna być niezwłocznie powiadamiana tylko w przypadku poważnych spraw, jak np. rozbój, czy uszkodzenie ciała, itp.*

*Należy raczej ten zapis interpretować, jako podkreślenie, że w sytuacjach, kiedy na terenie szkoły dojdzie do poważnego przestępstwa, czynu karalnego policja powinna być wzywana na miejsce wręcz natychmiast, bez żadnej zwłoki. Jakakolwiek zwłoka przy wzywaniu policji w sytuacjach poważnego przestępstwa nie może być wytłumaczona.*

*Należy sobie zdawać sprawę, że nauczyciele, pracownicy szkoły z pewnością nie są przygotowani do wyjaśniania okoliczności poważnych przestępstw, a zwlekanie*

*z wezwaniem na miejsce policji może się przyczynić do utraty dowodów i w znacznym stopniu utrudnić czynności procesowe.*

*Przepisy ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich (art. 4 § 3) mówią wyraźnie, że szkoła ma obowiązek niezwłocznego powiadomienia sądu rodzinnego, policji o stwierdzeniu popełnienia przez nieletniego czynu karalnego ściganego z urzędu (z urzędu ścigana jest nawet drobna kradzież).*

*W tym przypadku należałoby stosować takie same procedury, jak w pkt IV. W przypadku, gdy nauczyciel podejrzewa, że uczeń posiada przy sobie substancję przypominającą narkotyki. Przypadek opisany w pkt. IV. Jest przypadkiem zachowania ucznia dopuszczającego się popełnienia na terenie szkoły czynu karalnego, czy przestępstwa, jeżeli ukończył 17 lat.*

### **Postępowanie nauczyciela wobec ucznia, który stał się ofiarą czynu karalnego:**

- udzielenia pierwszej pomocy (przedmedycznej), bądź zapewnienia jej udzielenia poprzez wezwanie lekarza, w przypadku kiedy ofiara doznała obrażeń,
- niezwłoczne powiadomienie dyrektora szkoły,
- powiadomienie rodziców ucznia,
- niezwłoczne wezwanie policji w przypadku, kiedy istnieje konieczność profesjonalnego zabezpieczenia śladów przestępstwa, ustalenia okoliczności i ewentualnych świadków zdarzenia.
- W przypadku znalezienia na terenie szkoły broni, materiałów wybuchowych, innych niebezpiecznych substancji lub przedmiotów, należy zapewnić bezpieczeństwo przebywającym na terenie szkoły osobom, uniemożliwić dostęp osób postronnych do tych przedmiotów i wezwać policję – tel. 997 lub 112.
- *Wskazany w tym punkcie sposób postępowania należy uznać za prawidłowy i nie budzi on żadnych zastrzeżeń.*

### **Metody współpracy szkoły z policją**

W ramach długofalowej pracy profilaktyczno – wychowawczej szkoła i policja utrzymują stałą, bieżącą współpracę w zakresie profilaktyki zagrożeń.

Koordinatorami współpracy powinni być: pedagog/psycholog szkolny oraz specjalista ds. nieletnich i patologii właściwej jednostki policji.

Do współpracy ze szkołą zobowiązany jest także dzielnicowy, w rejonie którego znajduje się szkoła/placówka.

Pracownicy szkoły wyznaczeni do współpracy z policją, specjaliści ds. nieletnich i patologii oraz dzielnicowi powinni wspólnie ustalić wzajemnie zasady kontaktu, by móc na bieżąco wymieniać informacje i rozwiązywać problemy związane z bezpieczeństwem i dobrem uczniów.

#### **W ramach współpracy policji ze szkołą organizuje się:**

- spotkania pedagogów szkolnych, nauczycieli, dyrektorów szkół z zaproszonymi specjalistami ds. nieletnich i patologii, podejmujące tematykę zagrożeń przestępczością oraz demoralizacją dzieci i młodzieży w środowisku lokalnym,
- spotkania tematyczne młodzieży szkolnej z udziałem policjantów m.in. na temat odpowiedzialności nieletnich za popełniane czyny karalne, prawnych aspektów narkomanii, wychowania w trzeźwości itp. oraz z młodszymi uczniami, na temat zasad bezpieczeństwa, zachowań ryzykownych oraz sposobów unikania zagrożeń,
- informowanie policji o zdarzeniach na terenie szkoły wypełniających znamiona przestępstwa, stanowiących zagrożenie dla życia i zdrowia uczniów oraz przejawach demoralizacji dzieci i młodzieży,
- udzielanie przez policję pomocy szkole w rozwiązywaniu trudnych, mogących mieć podłoże przestępcze problemów, które zaistniały na terenie szkoły,
- wspólny – szkoły i policji - udział w lokalnych programach profilaktycznych związanych z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom oraz zapobieganiem demoralizacji i przestępczości nieletnich.

#### **UWAGA:**

Policja powinna być wzywana do szkoły w sytuacjach, o których mowa w „Procedurach (..)” albo, gdy wyczerpane zostaną środki możliwe do zastosowania przez szkołę w określonej sytuacji, w których obecność policji jest konieczna.

Każda, dotycząca uczniów wizyta policjanta w szkole, powinna być wcześniej zasygnalizowana dyrektorowi, lub uzgodniona z innym pracownikiem szkoły.

*Zapisy dotyczące metod współpracy szkół z policją nie budzą żadnych zastrzeżeń i nie wymagają dodatkowego komentarza. Do form współpracy szkoły z Policją zaproponować można jeszcze: rozmowy profilaktyczno-wychowawcze z uczniami w obecności rodziców, przy wsparciu dzielnicowego, bądź specjalisty ds. nieletnich, rozmowy profilaktyczne z rodzicami w związku z nienależytym sprawowaniem opieki nad dzieckiem,, przy wykorzystaniu specjalisty ds. nieletnich, z informacją na*

*temat przepisów ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich i kodeksu rodzinnego i opiekuńczego w kontekście odpowiedzialności prawnej rodziców, organizowanie wspólnych spotkań przedstawicieli szkół, policji, sądu rodzinnego, pomocy społecznej w celu wypracowania skutecznych metod współdziałania.*

**Podstawy prawne stosowanych procedur:**

- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich /tekst jednolity Dz. U. z 2002 r. Nr 11 poz.109, z późn. zm./ oraz przepisy wykonawcze w związku z ustawą.
- Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi /Dz. U. Nr 35, poz.230 z późn. zm./.
- Ustawa z dnia 24 kwietnia 1997 r. o przeciwdziałaniu narkomanii /Dz.U. z 2003 r. Nr 24, poz. 198/.
- Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji /Dz. U. Nr 30 poz. 179 z późn. zm./.
- Zarządzenie Nr 590 Komendanta Głównego Policji z dnia 24 października 2003 r. w sprawie metod i form wykonywania zadań przez policjantów w zakresie przeciwdziałania demoralizacji i przestępczości nieletnich.
- Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty /Dz.U.z 1996 r. Nr 67 poz. 329, z późn. zm./.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem /Dz.U. Nr 26 poz.226/.

## ANEKS 2

### **Czynności procesowe w stosunku do nieletniego sprawcy czynu karalnego. Udział szkoły w postępowaniu i zabezpieczeniu dowodów, powiadamanie rodziców o zatrzymaniu, itp.**

Zgodnie z przepisami ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich i przepisów kodeksu postępowania karnego Policja zbiera oraz utrwała dowody popełnienia czynu karalnego.

Policji przysługują następujące uprawnienia:

- możliwość przesłuchania nieletniego sprawcy czynu karalnego,
- zbieranie dowodów popełnienia przez niego czynu karalnego poprzez:
  - o przesłuchiwanie świadków zdarzenia, również niepełnoletnich,
  - o zbieranie od nich relacji poprzez rozmowy, z których następnie zostaną sporządzone notatki informacyjne dla sądu rodzinnego,
  - o przeprowadzanie oględzin miejsca zdarzenia,
  - o dokonywanie przeszukiwań miejsc, pomieszczeń i osób w celu odzyskania przedmiotów pochodzących z przestępstwa lub takich, których posiadanie jest zabronione,
  - o zabezpieczenie ujawnionych przedmiotów i dokumentów,
- możliwość zatrzymania nieletniego sprawcy czynu karalnego i umieszczenie go w policyjnej izbie dziecka na czas nie przekraczający 72 godziny,
- możliwość wystąpienia do sądu rodzinnego z wnioskiem o zastosowanie wobec nieletniego środka zapobiegawczego w postaci umieszczenia go w schronisku dla nieletnich.

*Policja, zgodnie z przepisami ustawy o postępowaniu nieletnich wykonuje czynności dowodowe w niezbędnym zakresie, w sprawach nie cierpiących zwłoki. Oznacza to, że Policja nie wszczyną takiego samego postępowania, jak w przypadku spraw prowadzonych przeciwko osobom dorosłym i nie prowadzi całości czynności polegają-*

cych na przesłuchaniu wszystkich świadków zdarzenia i ustalonych sprawców, okazań osób i przedmiotów, przeszukań, itp. Wykonuje tylko te czynności, które należy wykonać dla uprawdopodobnienia popełnienia czynu karalnego przez nieletniego. Na podstawie zebranych informacji sporządza notatki i materiały przekazuje do sądu rodzinnego. Świadców przesłuchuje w miarę potrzeby. Natomiast w sprawach poważnych obligatoryjnie przesłuchuje świadków i nieletniego sprawcę czynu karalnego. Również wtedy wykonuje te wszystkie czynności, kiedy zachodzi prawdopodobieństwo, że nie będzie można ich powtórzyć lub wykonanie ich w terminie późniejszym będzie utrudnione. Na polecenie sądu Policja wykonuje czynności, takie jakie zostały jej zlecone.

Nieletniego sprawcę Policja zatrzymuje wówczas, gdy zachodzi obawa jego ukrycia się, bądź nie można ustalić jego tożsamości, albo gdy sprawa jest poważna i zachodzi obawa mactwa, to znaczy wpływu na zeznania innych osób, bądź zmiany wyjaśnień przez sprawcę, a ustalenie okoliczności będzie utrudnione. Nieletni sprawca może być zatrzymany na okres do 72 godzin. W tym czasie Policja powinna zakończyć czynności, których wykonanie byłoby utrudnione, gdyby sprawca pozostawał na wolności. Jeżeli w czasie zatrzymania sprawcy nie uda się zakończyć wszystkich czynności, a sprawa jest poważna Policja występuje do sądu rodzinnego z wnioskiem o zastosowanie środka zapobiegawczego w postaci umieszczenia w schronisku dla nieletnich. Policja występuje z takim wnioskiem również wówczas, gdy nieletni często popełnia czyny karalne i jego zachowanie wskazuje na to, że jest głęboko demoralizowany.

Kiedy Policja zatrzyma nieletniego sprawcę czynu karalnego, ma obowiązek niezwłocznie powiadomić o tym jego rodziców opiekunów i sąd rodzinny.

Nieletnich przejawiających zachowania świadczące o demoralizacji Policja nie przesłuchuje. Przeprowadza z nimi, ich rodzicami rozmowy profilaktyczno-ostrzegawcze, informując o konsekwencjach prawnych negatywnych zachowań i zobowiązując do poprawy postępowania. Jeżeli rozmowy te nie przynoszą pożądanych skutków kieruje wniosek do sądu o przeprowadzenie odpowiedniego postępowania w zakresie zapobiegania demoralizacji lub podjęcie działań wobec rodziców nieletniego, gdy zaobserwuje brak odpowiedniego nadzoru ze strony rodziców lub działanie na szkodę dziecka.

Nieletnich, którzy znajdują się pod wpływem alkoholu Policja może umieścić w izbie wytrzeźwień lub w policyjnych pomieszczeniach dla osób zatrzymanych.

Policja na mocy przepisów ustawy o postępowaniu w sprawach nieletnich i innych przepisów jest przede wszystkim zobowiązana do:

- wykrywania popełnionych przez nieletnich czynów karalnych oraz wykonywania czynności w postępowaniu wyjaśniającym;



- *ścigania sprawców przestępstw i wykroczeń popełnionych na szkodę nieletnich lub wspólnie z nimi;*
- *ujawniania źródeł demoralizacji i przestępczości nieletnich;*
- *ujawniania i rozpoznawania przypadków braku opieki nad nieletnimi bądź zaniedbań opiekuńczo-wychowawczych i podejmowania właściwych działań;*
- *przekazywania do sądu rodzinnego informacji i materiałów w sprawach nieletnich, wskazujących na potrzebę wszczęcia postępowania przewidzianego w ustawie o postępowaniu w sprawach nieletnich lub kodeksie rodzinnym i opiekuńczym;*
- *inicjowania i prowadzenia wspólnie z organami państwowymi, samorządowymi i organizacjami społecznymi działań profilaktycznych zmierzających do minimalizacji zagrożeń wśród nieletnich;*
- *prowadzenia działań prewencyjnych ukierunkowanych na zapobieganie demoralizacji i przestępczości nieletnich.*

*W każdej jednostce policji szczebla powiatowego (komendzie miejskiej, powiatowej, rejonowej Policji) powoływane są komórki ds. nieletnich i patologii. Do zadań tych komórek należy m.in.:*

- *ujawnianie nieletnich:*
  - o *sprawców czynów karalnych,*
  - o *organizatorów i przywódców grup przestępczych o charakterze kryminalnym,*
  - o *wykazujących przejawy demoralizacji;*
- *zbieranie i utrwalanie dowodów czynów karalnych popełnionych przez nieletnich w wypadkach nie cierpiących zwłoki;*
- *wykonywanie czynności zleconych przez sędziego rodzinnego według zasad określonych w ustawie o postępowaniu w sprawach nieletnich;*
- *rozpoznawanie i profilaktyka w środowiskach sprawców czynów karalnych zagrożonych demoralizacją;*
- *współdziałanie ze służbą kryminalną w celu rozpoznania osób, środowisk i zdarzeń wpływających demoralizująco na nieletnich;*
- *bieżąca współpraca z sądami rodzinnymi, placówkami i instytucjami ustawowo lub statutowo powołanymi do zajmowania się problematyką nieletnich oraz samorządami lokalnymi;*
- *udział w budowaniu lokalnych systemów przeciwdziałania demoralizacji, przestępczości i patologii społecznej wśród nieletnich;*
- *prowadzenie kart nieletnich;*

- *prowadzenie wykazu czynności profilaktycznych podjętych w sprawach nieletnich;*
- *przekazywanie informacji o ujawnieniu nieletniego zagrożonego demoralizacją lub będącego sprawcą czynu karalnego dzielnicowemu odpowiedzialnemu za rejon, w którym nieletni ten zamieszkuje;*
- *pisemne powiadamianie rodziców lub opiekunów nieletniego przebywającego w porze nocnej poza miejscem zamieszkania o fakcie i okolicznościach jego legitymowania przez Policję;*
- *sporządzanie sprawozdań ujmujących wyniki i rodzaj działań podjętych wobec nieletnich;*
- *prowadzenie dokumentacji spraw dotyczących:*
  - *planów pracy wraz ze sprawozdaniami z ich wykonania,*
  - *okresowych analiz i sprawozdań z wyników uzyskanych przez jednostki podległe,*
  - *współpracy z instytucjami państwowymi, organizacjami społecznymi, środkami masowego przekazu,*
  - *szkoleń i porad,*
  - *współpracy z innymi komórkami jednostek Policji.*

*Poza tym zadania w zakresie przeciwdziałania przestępczości i demoralizacji nieletnich wykonują policjanci pozostałych służb.*

*Szczególne zadania w tym względzie wykonują dzielnicowi, którzy mają za zadanie:*

- *uzyskiwania wiedzy o nieletnich sprawcach czynów karalnych, zagrożonych demoralizacją oraz o rodzinach dysfunkcyjnych;*
- *obejmowania szczególnym zainteresowaniem nieletnich:*
- *sprawców czynów karalnych, którzy:*
  - *są organizatorami oraz przywódcami grup przestępczych lub nieformalnych,*
  - *popętnili wcześniej czyn karalny,*
  - *oczekują na umieszczenie w schronisku dla nieletnich lub zakładzie poprawczym albo wobec których sąd orzekł umieszczenie w ośrodku resocjalizacyjnym z warunkowym zawieszeniem na okres próby,*
  - *przebywają na przepustkach ze schronisk dla nieletnich i zakładów poprawczych, zdemoralizowanych, stwarzających trudności wychowawcze przejawiające się zwłaszcza ucieczkami z domu, notorycznym wagarowaniem, używaniem alkoholu, zażywaniem środków odurzających, uprawianiem prostytucji, którzy ze względu na środowisko rodzinne są szczególnie predestynowani do popełniania czynów karalnych;*

Czynności procesowe w stosunku do nieletniego sprawcy czynu karalnego. Udział szkoły w postępowaniu i zabezpieczeniu dowodów, powiadamianie rodziców o zatrzymaniu, itp.

---

- *prowadzenia imiennych wykazów nieletnich zagrożonych demoralizacją oraz sprawców czynów karalnych i ich aktualizowania;*
- *typowania nieletnich sprawców czynów karalnych i zagrożonych demoralizacją;*
- *przeprowadzania rozmów z nieletnimi zagrożonymi demoralizacją oraz ich rodzicami, opiekunami, rodzeństwem, rówieśnikami lub osobami dorosłymi utrzymującymi z nimi kontakty;*
- *przekazywania komórce do spraw nieletnich i patologii informacji dotyczących sytuacji nieletnich z rodzin, w których występuje przemoc domowa;*
- *inspirowania i współuczestniczenia w działaniach i przedsięwzięciach prewencyjnych realizowanych przez komórkę do spraw nieletnich i patologii.*

*Zgodnie z zapisem art. 39 upn. rodzice winni być obecni przy przesłuchaniu nieletniego sprawcy czynu karalnego. Jeżeli ich obecności nie można zapewnić, należy wezwać nauczyciela, przedstawiciela powiatowego centrum pomocy rodzinie lub przedstawiciela organizacji społecznej, do której zadań statutowych należy oddziaływanie wychowawcze na nieletnich lub wspomaganie procesu ich resocjalizacji.*

*Nieusprawiedliwione ważnymi względami niezapewnienie wymaganej w tych warunkach obecności rodziców, bądź innych osób wskazanych w wymienionym przepisie jest okolicznością, która spowoduje nieważność czynności przesłuchania nieletniego sprawcy czynu karalnego.*

*Rodzice, bądź opiekun prawny dziecka (art. 51 § 2 kpk) wykonują prawa swojego dziecka jako pokrzywdzonego. Tak więc to do ich decyzji należy złożenie wniosku o ściganie sprawcy w sprawach ściganych na wniosek, bądź z oskarżenia prywatnego (spowodowanie naruszenia czynności narządu organizmu na okres do 7 dni, naruszenie nietykalności cielesnej, zgwałcenie, uszkodzenie mienia).*

*Rodzice sprawują nad swoim dzieckiem władzę i opiekę rodzicielską. Z powyższego wynika obowiązek informowania rodziców o mającym nastąpić przesłuchaniu dziecka. Obowiązek ten realizuje organ dokonujący przesłuchania, a więc sąd rodzinny albo policja.*

*Rodzice nie mają uprawnień, aby sprzeciwić się przesłuchaniu dziecka w charakterze świadka. Według orzecznictwa Sądu Najwyższego (Uchwała SNI KZP 48/2002), w trakcie przesłuchania swojego dziecka w roli świadka, rodzice nie mają uprawnień do podejmowania za niego decyzji o korzystaniu z przysługujących mu uprawnień do odmowy składania zeznań. Swoje uprawnienia w tym zakresie realizuje sam przesłuchiwany, nawet, jeżeli nie jest jeszcze pełnoletni.*

*Świadek może odmówić składania zeznań w sytuacjach, kiedy obciążałoby to jego samego lub osoby dla niego najbliższe. Poza tymi sytuacjami składanie zeznań przez ustalonych w toku postępowania świadków zdarzeń przestępczych jest obowiązkowe. Według przepisów art. 233 kk karane jest nie tylko zeznanie nieprawdy, ale również zatajenie prawdy, czyli okoliczności znanych świadkowi.*

*Poza tym z ważnych względów, takich jak potrzeba zapewnienia świadkowi umożliwienia swobodnego wypowiedzenia się (art. 171 § 1 kpk) obecność rodziców przy przesłuchaniu dziecka w roli świadka może być niepożądana (na przykład kiedy dziecko w swoich zeznaniach będzie musiało mówić o sytuacjach, w których się znalazło, pomimo zakazów ze strony rodziców).*

*Wyrok Sądu Najwyższego I KR 454/86 określa, że przepisy dotyczące zapewnienia obecności rodziców nie mają zastosowania w przesłuchaniu małoletniego świadka, tylko przy przesłuchaniu nieletniego sprawcy czynu karalnego.*

*Natomiast przepisy kpk (art. 171 § 3 kpk) wskazują na zapewnienie w miarę możliwości obecności rodziców podczas przesłuchania świadka, który nie ukończył lat 15, jeżeli nie stoi na przeszkodzie dobru postępowania.*

*W tym miejscu należy sobie zdawać sprawę, że taką okolicznością stojącą na przeszkodzie obecności rodziców przy przesłuchaniu dziecka może być fakt, że będzie ono składało zeznania na temat zdarzenia, w którym uczestniczyło pomimo zakazów ze strony rodziców. Na przykład rodzice zabronili mu chodzić w pewne miejsce, dziecko poszło tam bez ich wiedzy i zostało świadkiem zdarzenia, które jest przedmiotem postępowania.*

Rząd Rzeczypospolitej Polskiej z początkiem 2004 roku przyjął do realizacji Krajowy Program Zapobiegania Niedostosowaniu Społecznemu i Przystępczości wśród Dzieci i Młodzieży.

Jednym z jego elementów, jako program modułowy stały się procedury postępowania nauczycieli i metody współpracy szkół z policją w sytuacjach zagrożenia dzieci oraz młodzieży przestępczością i demoralizacją, w szczególności narkomanią, alkoholizmem i prostytucją.

Procedury te określają zasady postępowania nauczycieli oraz zasady współpracy z policją w sytuacjach kiedy uczeń przejawia zachowania świadczące o demoralizacji, bądź popełnia czyn karalny.

*Szkoła zgodnie z przepisami Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem podejmują działania interwencyjne polegające na powiadomieniu rodziców i Policji w sytuacjach kryzysowych, w szczególności gdy dzieci lub młodzież używają, posiadają lub rozprawdzają środki odurzające lub substancje psychotropowe.*

*Szkoły i placówki opracowują, zgodnie ze statutem, strategię działań wychowawczych i zapobiegawczych oraz interwencyjnych wobec dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem, która uwzględnia w szczególności:*

*procedury postępowania w sytuacjach szczególnych zagrożeń związanych ze środkami odurzającymi i substancjami psychotropowymi, z uwzględnieniem zadań osób podejmujących interwencje;*

*sposób współdziałania pracowników szkoły ze służbą zdrowia i Policją w sytuacjach wymagających interwencji;*

*Szkoła w przypadku powzięcia informacji o popełnieniu przez nieletniego czynu karalnego ściganego z urzędu, ma prawny obowiązek niezwłocznego powiadamiania o tym sądu rodzinnego lub policji oraz przedsięwzięcia czynności nie cierpiących zwłoki, aby nie dopuścić zatarcia śladów i dowodów popełnienia czynu (art. 4 § 3 upn).*

*Jeżeli uczeń ukończył już 17 i popełnił przestępstwo szkoła ma obowiązek powiadomić prokuraturę lub policję (art. 304 kodeksu postępowania karnego).*

*Szkoła nie ma uprawnień do przesłuchiwania nieletnich sprawców czynów karalnych, prowadzi wobec nich działania wychowawcze i świadczy mu pomoc psychologiczno-pedagogiczną. To samo dotyczy nieletnich przejawiających zachowania świadczące o demoralizacji. Działania wychowawcze wobec nieletnich przejawiających zachowania świadczące o demoralizacji mogą odbywać się na poziomie szkoły, w ramach jej uprawnień. Kiedy działania szkoły nie przynoszą skutku szkoła może powiadomić sąd rodzinny. Natomiast o czynach karalnych dokonanych przez nieletniego szkoła ma obowiązek informować niezwłocznie.*

**W przypadku powzięcia przez szkołę informacji o popełnieniu przez ucznia czynu karalnego, przestępstwa, czy wykroczenia szkoła ma obowiązek przeprowadzić czynności mające na celu niedopuszczenie do zatarcia śladów i dowodów popełnienia czynu, to oznacza, że ma zabezpieczyć miejsce zdarzenia przestępnego w możliwie najlepszy sposób, zapewniający, że znajdujące się tam dowody popełnienia czynu nie ulegną zniszczeniu, czy utracie. Na przykład chodzi tu o zabezpieczenie przedmiotów porzuconych przez sprawcę, w taki**

sposób, aby nikt nie mógł stamtąd zabrać do czasu przybycia Policji. Przedmiotów takich nie należy dotykać, aby nie zniszczyć mogących na nich śladów linii papilarnych, nie wolno ich przenosić w inne miejsca, gdyż często ułożenie tych przedmiotów na miejscu znaczenia ma znaczenie dowodowe. Ponadto szkoła musi zadbać o to, aby ustalić personalia świadków zdarzenia. Pracownik szkoły ma prawo zażądać, aby uczeń, który według ustaleń posiada przedmioty pochodzące z przestępstwa lub, których posiadanie jest zabronione wydał te przedmioty. Kiedy uczeń odmówi, dla upewnienia się, czy posiada takie przedmioty pracownik szkoły ma prawo zażądać, aby wyłożył on wszystkie przedmioty, jaki posiada na przykład w plecaku, czy w kieszeniach.

Czynności, które powinna wykonać szkoła mają polegać na sprawdzeniu, czy rzeczywiście doszło do naruszenia prawa, jeżeli nie ma co do tego wątpliwości, nie ma powodów, by zwlekać z powiadomieniem Policji. W sprawach poważnych, gdy doszło do zagrożenia czyjegoś zdrowia lub życia Policję należy wzywać natychmiast.

*Oczywiście w tym miejscu należy pamiętać, że to Policja ma za zadanie zbierać i utrzymywać dowody popełnienia czynu i szkoła nie powinna w tym zadaniu wyręczać Policji.*

## WYKAZ PRZEPISÓW PRAWNYCH

### Kodeks postępowania karnego:

Art. 243 § 1. Każdy ma prawo ująć osobę na gorącym uczynku przestępstwa lub w pościgu podjętym bezpośrednio po popełnieniu przestępstwa, jeżeli zachodzi obawa ukrycia się tej osoby lub nie można ustalić jej tożsamości.

§ 2. Osobę ujętą należy bezzwłocznie oddać w ręce policji.

Art. 304. § 1. Każdy dowiedziawszy się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu ma społeczny obowiązek zawiadomić o tym prokuratora lub policję. Przepis art. 191 § 3 stosuje się odpowiednio. *(Jeżeli zachodzi obawa użycia przemocy lub groźby bezprawnej wobec świadka lub osoby najbliższej w związku z jego czynnościami, może on zastrzec dane dotyczące miejsca zamieszkania do wyłącznej wiadomości prokuratora lub sądu. Pisma procesowe doręcza się wówczas do instytucji, w której świadek jest zatrudniony lub na inny wskazany przez niego adres).*

§ 2. Instytucje państwowe i samorządowe, które w związku ze swą działalnością dowiedziały się o popełnieniu przestępstwa ściganego z urzędu, są obowiązane niezwłocznie zawiadomić o tym prokuratora lub policję oraz przedsięwziąć niezbędne czynności do czasu przybycia organu powołanego do ścigania przestępstw lub do czasu wydania przez ten organ stosownego zarządzenia, aby nie dopuścić do zatarcia śladów i dowodów popełnienia przestępstwa.

### **Kodeks postępowania w sprawach o wykroczenia:**

Art. 45. § 2. Art. 243 Kodeksu postępowania karnego stosuje się odpowiednio.

### **Kodeks postępowania karnego:**

Art. 51 § 2. Jeżeli pokrzywdzonym jest małoletni albo osoba ubezwłasnowolniona całkowicie lub częściowo, prawa jego wykonuje przedstawiciel ustawowy albo osoba, pod której stałą pieczęć pokrzywdzony pozostaje.

Art. 171 § 1. Osobie przesłuchiwanej należy umożliwić swobodne wypowiedzenie się w granicach określonych celem danej czynności, a dopiero następnie można zadawać pytania zmierzające do uzupełnienia, wyjaśnienia lub kontroli wypowiedzi.

§ 3. Jeżeli osoba przesłuchiwana nie ukończyła 15 lat, czynności z jej udziałem powinny być w miarę możliwości, przeprowadzone w obecności przedstawiciela ustawowego lub faktycznego opiekuna, chyba, że dobro postępowania stoi temu na przeszkodzie.

Art. 182 § 1. Osoba najbliższa dla oskarżonego może odmówić zeznań.

§ 2. Prawo odmowy zeznań trwa mimo ustania małżeństwa lub przysposobienia.

§ 3. Prawo odmowy zeznań przysługuje także świadkowi, który w innej toczącej się sprawie jest oskarżonym o współudział w przestępstwie objętym postępowaniem.

Art. 183 § 1. Świadek może uchylić się od odpowiedzi na pytanie, jeżeli udzielenie odpowiedzi mogłoby narazić jego lub osobę dla niego najbliższą na odpowiedzialność za przestępstwo lub przestępstwo skarbowe.

### **Kodeks karny:**

Art. 233 § 1. Kto, składając zeznanie mające służyć za dowód w postępowaniu sądowym lub innym postępowaniu prowadzonym na podstawie ustawy, zeznaje nieprawdę lub zataja prawdę, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2. Warunkiem odpowiedzialności jest, aby przyjmujący zeznanie, działając w zakresie swoich uprawnień, uprzedził zeznającego o odpowiedzialności karnej za fałszywe zeznania lub odebrał od niego przyrzeczenie.

Uchwała Sądu Najwyższego – Izba Karna z dnia 19 lutego 2003 r. I KZP 48/2002

Prawo odmowy zeznań określone w art. 182 § 1 kpk przysługuje każdemu świadkowi, a więc także małoletniemu.

Wyrok Sądu Najwyższego – Izba Karna z dnia 12 stycznia 1986 r. I KR 454/1986  
Artykuł 39 ustawy z dnia 12 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich, wymagający w czasie przesłuchania nieletniego obecności rodziców, opiekuna lub obrońcy albo innych osób wskazanych w tym przepisie, nie ma zastosowania do przesłuchania małoletniego świadka. W tym przypadku przesłuchanie odbywa się według przepisów kodeksu postępowania karnego z możliwością, a niekiedy potrzebą udziału biegłego lekarza lub biegłego psychologa.

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem

§ 9. Szkoły i placówki podejmują działania interwencyjne polegające na powiadomieniu rodziców i Policji w sytuacjach kryzysowych, w szczególności gdy dzieci lub młodzież używają, posiadają lub rozprawdzają środki lub substancje, o których mowa w § 1 (*środki odurzające lub substancje psychotropowe*).

§ 10. Szkoły i placówki opracowują, zgodnie ze statutem, strategię działań wychowawczych i zapobiegawczych oraz interwencyjnych wobec dzieci i młodzieży zagrożonych uzależnieniem, która uwzględnia w szczególności:

- 4) procedury postępowania w sytuacjach szczególnych zagrożeń związanych ze środkami odurzającymi i substancjami psychotropowymi, z uwzględnieniem zadań osób podejmujących interwencje;
- 9) sposób współdziałania pracowników szkoły ze służbą zdrowia i Policją w sytuacjach wymagających interwencji;

### **Ustawa o postępowaniu w sprawach nieletnich:**

Art. 37. § 1. Policja lub działający na podstawie szczególnego upoważnienia ustawy organ administracji państwowej zbiera i utrwała dowody czynów karalnych w wypadkach niecierpiących zwłoki, a w razie potrzeby dokonuje ujęcia nieletniego.

§ 2. Sędzia rodzinny może zlecić dokonanie określonych czynności kuratorowi lub Policji, a w wyjątkowych wypadkach może zlecić Policji dokonanie czynności w określonym zakresie.

§ 3. Po dokonaniu czynności określonych w § 1 sprawę przekazuje się niezwłocznie sędziemu rodzinnemu.

Art. 39. Przesłuchanie nieletniego może być dokonane przez Policję, a w wyjątkowych wypadkach, gdy jest to konieczne ze względu na dobro sprawy - przez or-



gan wymieniony w art. 37 § 1; przesłuchanie nieletniego odbywa się w obecności rodziców lub opiekuna albo obrońcy, a jeżeli zapewnienie ich obecności byłoby w danym wypadku niemożliwe, należy wezwać nauczyciela, przedstawiciela powiatowego centrum pomocy rodzinie lub przedstawiciela organizacji społecznej, do której zadań statutowych należy oddziaływanie wychowawcze na nieletnich lub wspomaganie procesu ich resocjalizacji.

Art. 40. § 1. Jeżeli jest to konieczne ze względu na okoliczności sprawy, Policja może zatrzymać, a następnie umieścić w policyjnej izbie dziecka nieletniego, co do którego istnieje uzasadnione podejrzenie, że popełnił czyn karalny, a zachodzi uzasadniona obawa ukrycia się nieletniego lub zatarcia śladów tego czynu, albo gdy nie można ustalić tożsamości nieletniego.

§ 2. Zatrzymanego nieletniego informuje się natychmiast o przyczynach zatrzymania, prawie do złożenia zażalenia, o którym mowa w art. 38 (*stronom i innym osobom przysługuje zażalenie na czynności naruszające ich prawa. Zażalenie rozpatruje sędzia rodzinny, a w wypadku zażalenia na jego czynności – sąd rodzinny w składzie jednego sędziego i dwóch ławników*), i innych przysługujących mu prawach.

§ 3. Z zatrzymania nieletniego sporządza się protokół.

§ 4. Policja niezwłocznie zawiadamia rodziców lub opiekunów nieletniego o zatrzymaniu. Zawiadomienie przekazywane rodzicom lub opiekunom nieletniego powinno zawierać informacje, o których mowa w § 2.

§ 5. O zatrzymaniu nieletniego należy niezwłocznie, nie później niż w ciągu 24 godzin od chwili zatrzymania, zawiadomić właściwy sąd rodzinny.

§ 6. Zatrzymanego nieletniego należy natychmiast zwolnić i przekazać rodzicom lub opiekunom, jeżeli:

- ustanie przyczyna zatrzymania,
- poleci to sąd rodzinny,
- nie został zachowany termin, o którym mowa w § 5,
- w ciągu 72 godzin od chwili zatrzymania nie ogłoszono nieletniemu postanowienia o umieszczeniu w schronisku dla nieletnich lub tymczasowym umieszczeniu w placówce opiekuńczo-wychowawczej albo w zakładzie lub placówce, o których mowa w art. 12 (*szpitalu psychiatrycznym lub innym zakładzie leczniczym*).

§ 7. W policyjnej izbie dziecka można również umieścić nieletniego w trakcie samowolnego pobytu poza schroniskiem dla nieletnich lub zakładem poprawczym na czas niezbędny do przekazania nieletniego właściwemu zakładowi, nie dłużej jednak niż na 5 dni.

**Ustawa o wychowaniu w trzeźwości i zapobieganiu alkoholizmowi:**

Art. 40.1. Osoby w stanie nietrzeźwości, które swoim zachowaniem dają powód do zgorszenia w miejscu publicznym lub w zakładzie pracy, znajdują się w okolicznościach zagrażających och życiu lub zdrowiu albo zagrażają życiu lub zdrowiu innych osób, mogą zostać doprowadzone do izby wytrzeźwień, zakładu opieki zdrowotnej lub innej właściwej placówki utworzonej lub wskazanej przez jednostkę samorządu terytorialnego (*izby wytrzeźwień*) albo do miejsca zamieszkania lub pobytu.

W razie braku izby wytrzeźwień osoby takie mogą być doprowadzone do jednostki Policji.

## ANEKS 3

### **Czyny karalne nieletnich, będące przestępstwami i wykroczeniami, których uczniowie mogą się dopuścić na terenie szkoły:**

- zabójstwo - 148 kk,
- nieumyślne spowodowanie śmierci - art. 155 kk,
- spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowiu lub ciężkiego kalectwa - art. 156 § 1
- nieumyślne spowodowanie ciężkiego uszczerbku na zdrowia lub ciężkiego kalectwa - art. 156 § 2 kk,
- spowodowanie innego naruszenia czynności organizmu - art. 157 § 1 kk,
- naruszenie czynności organizmu do 7 dni (czyn ścigany z oskarżenia prywatnego) - art. 157 § 2 kk,
- nieumyślne spowodowanie naruszenia czynności organizmu - art. 157 § 3 kk,
- udział w bójce lub pobiciu z narażeniem na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia, ciężkiego uszczerbku na zdrowiu - art. 158 § 1 kk,
- udział w bójce lub pobiciu ze skutkiem śmiertelnym - art. 158 § 3 kk,
- udział w bójce lub pobiciu przy użyciu broni lub innego niebezpiecznego narzędzia - art. 159 kk,
- sprowadzenie powszechnego niebezpieczeństwa dla życia, zdrowia lub mienia w postaci pożaru, rozprzestrzenienia się substancji trujących, duszących lub parzących - art. 163 § 1 kk,
- nieumyślne sprowadzenie powszechnego niebezpieczeństwa dla życia, zdrowia lub mienia w postaci pożaru, rozprzestrzenienia się substancji trujących, duszących lub parzących - art. 163 § 2 kk,
- spowodowanie śmierci poprzez sprowadzenie powszechnego niebezpieczeństwa dla życia, zdrowia lub mienia w postaci pożaru, rozprzestrzenienia się substancji trujących, duszących lub parzących - art. 163 § 3 kk,
- zgwałcenie (czyn ścigany na wniosek pokrzywdzonego) - art. 197 § 1,2 kk,
- zgwałcenie ze szczególnym okrucieństwem lub wspólnie z innymi osobami - art. 197 § 3 kk,
- obcowanie płciowe z osobą poniżej 15 lat - art. 200 § 1 kk,

- prezentowanie lub udostępnianie treści pornograficznych osobom do 15 lat - art. 200 § 2,3 kk,
- rozpijanie małoletniego - art. 208 kk,
- znieważenie (czyn ścigany z oskarżenia prywatnego) - art. 216 § 1 kk,
- naruszenie nietykalności cielesnej (czyn ścigany z oskarżenia prywatnego) art. 217 § 1 kk,
- publiczne nawoływanie do popełnienia przestępstwa i jego pochwała - art. 255 § 1,3 kk,
- nielegalne posiadanie broni palnej (w tym gazowej) i amunicji - art. 263 § 1,2 kk,
- podrabianie lub przerabianie dokumentu - art. 270 § 1,3 kk,
- używanie podrobionego dokumentu - art. 270 § 1,2 kk,
- kradzież lub przywłaszczenie dokumentu stwierdzającego tożsamość - art. 275 § 1 kk,
- kradzież cudzej rzeczy o wartości powyżej 250 PLN - art. 278 § 1,3 kk,
- kradzież rzeczy o wartości do 250 PLN (wykroczeni) - art. 119 § 1 kw,
- kradzież z włamaniem - art. 279 § 1 kk,
- rozbój, (inaczej rabunek) - art. 280 § 1 kk,
- rozbój przy użyciu broni palnej, innego niebezpiecznego przedmiotu lub środka obezwładniającego - art. 280 § 2 kk,
- kradzież rozbójnicza - art. 281 kk,
- wymuszenie rozbójnicze (inaczej tzw. „haracz”) - art. 282 kk,
- przywłaszczenie mienia o wartości powyżej 250 PLN - art. 284 § 1 kk,
- przywłaszczenie mienia o wartości do 250 PLN (wykroczenie) - art. 119 § 1 kw,
- uszkodzenie rzeczy (czyn ścigany na wniosek pokrzywdzonego) - 288 § 1,2 kk,
- uszkodzenie rzeczy o wartości poniżej 250 PLN (czyn ścigany na wniosek pokrzywdzonego – wykroczenie - art. 124 § 1 kw,
- zakłócenie porządku publicznego (wykroczenie) - art. 51 § 1 kw,
- zakłócenie porządku publicznego w sposób chuligański (wykroczenie) - art. 51 § 2 kw,
- paserstwo umyślne - art. 291 § 1,2 kk,
- paserstwo nieumyślne - art. 292 § 1,2 kk,
- paserstwo przedmiotu o wartości do 250 PLN (wykroczenie) - art. 122 kw,
- nielegalne udzielanie lub nakłanianie do używania środków odurzających art. 45 ust. 1,2

- nielegalne udzielanie lub nakłanianie do używania środków odurzających w celu osiągnięcia korzyści majątkowej (sprzedaż narkotyku) - art. 46 ust. 1,2,3
- nielegalne posiadanie środków odurzających - art. 48 ust. 1,2.



## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Przyjazna szkoła czyli jaka?

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut.

### 3. Cel główny:

- Wypracowanie wspólnej strategii pomysłów na „przyjazną szkołę”.

### 4. Cele szczegółowe:

- Doskonalenie pracy w grupie.
- Doskonalenie umiejętności z zakresu kompetencji społecznych.
- Kształtowanie przekonania, że „przyjazna szkoła” jest wypadkową starań wszystkich członków tej społeczności.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Przyjazna szkoła - co można przez to rozumieć.
- Elementy struktury przyjaznej szkoły.
- Osoby tworzące społeczność szkolną.
- Zadania wybranych społeczności istotnych z punktu tworzenia przyjaznej szkoły.
- Wypadkowa przyjaznej szkoły - jako efekt wspólnych działań wszystkich osób tworzących jej społeczność.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Pogadanka, wypowiedź ustna,
- Dyskusja, burza mózgów, wywiad,
- Elementy metody Carla Orffa.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Instrumentarium Orffa,
- Ankieta obrazkowa,
- Arkusze białego papieru, kolorowe kredki i długopisy,
- Szpilki.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Przywitanie, wprowadzenie dobrego nastroju do zajęć
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, elementy metody Carla Orffa
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Instrumentarium Orffa
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami. Zachęca do wspólnej zabawy: na stole rozłożone są instrumenty perkusyjne i każdy z uczniów po kolei „wygrywa” nastrój z jakim zaczyna zajęcia, reszta grupy odgaduje
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i wygrywają swój nastrój, reszta grupy odgaduje
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w półkolu, stoły pod ścianą. Na jednym ze stołów wyeksponowane są instrumenty

Treści kształcenia	Czym jest przyjazna szkoła? Elementy struktury przyjaznej szkoły. Osoby tworzące społeczność szkolną oraz zadania wynikające z ich roli, które mają wpływ na tworzenie się przyjaznej szkoły
Metody realizacji	Pogadanka, burza mózgów, dyskusja a także prezentacja własnych pomysłów (metaplan)
Czas trwania	40 minut
Materiały do zajęć	Arkusze białego papieru, kolorowe kredki i długopisy, szpilki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza uczniów w temat zajęć. Następnie dzieli klasę na 5 osobowe zespoły, rozdaje arkusze papieru i kolorowe długopisy oraz kredki. Każdemu zespołowi przydziela zadania. Po wykonaniu zadania prosi uczniów o zaprezentowanie propozycji, inicjuje dyskusję – co jeszcze jest ważne, aby w szkole czuć się swobodnie (zapisuje pomysły uczniów na arkuszu papieru, tworzony jest metaplan pod hasłem „Szkoła przyjazna zależy od nas wszystkich”)
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają, następnie opracowują powierzone zadania w grupach zgodnie z instrukcją nauczyciela. Grupa A – cechy dobrego nauczyciela, grupa B – cechy dobrego dyrektora szkoły, grupa C – cechy dobrego zespołu pedagoga szkolny, grupa D – cechy dobrego ucznia, kolegi/koleżanki. Uczniowie prezentują swoje pomysły, tworzą wspólny metaplan, który wieszają na korytarzu szkolnym w widocznym miejscu
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione razem, aby grupa mogła swobodnie pracować



Treści kształcenia	Wypadkowa przyjaznej szkoły – jako efekt działań wszystkich osób tworzących jej społeczność
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Ankieta obrazkowa, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia i żegna się z uczniami dziękując im za udział. Podaje przygotowaną wcześniej ankietę obrazkową – jak podobały Ci się dzisiejsze zajęcia?
Czynności uczestników	Uczniowie dziękują za zajęcia, żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Ankieta obrazkowa.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Mam problem i co teraz?

### 2. Czas trwania zajęć:

90 minut.

### 3. Cel główny:

- Kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów metodą pięciu kroków.

### 4. Cele szczegółowe:

- Doskonalenie pracy w grupie.
- Aktywizacja kreatywnego, analitycznego myślenia – co zrobić z problemem.
- Opracowanie strategii „Pięciu kroków”.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Rola właściwej strategii w sytuacji problemowej.
- Strategia „Pięciu kroków” jako element profilaktyki zachowań zagrażających zdrowi i/lub życiu człowieka.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Pogadanka, wypowiedź ustna, prezentacja, praca pisemna (wypracowanie),
- Dyskusja, burza mózgów, meta plan, diamentowy ranking.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Kartki białego papieru,
- Kolorowe pisaki.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Przywitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju do zajęć, pobudzanie kreatywnego myślenia
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, burza mózgów
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Tablica, pisaki

Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami i proponuje krótką zabawę. Rysuje na tablicy koło i prosi aby uczniowie wyobrazili sobie, że jest to tort, a następnie wymyślili sposób na podzielenie tortu na 8 równych części 3 cięciami
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i rozwiązują „zagadkę” zleconą przez nauczyciela
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkołu tak, aby uczniowie widzieli tablicę

Treści kształcenia	Strategia rozwiązywania problemów metodą pięciu kroków
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza w temat zajęć i omawia strategię „Pięciu kroków”
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Elementy strategii i zastosowanie ich w codziennym życiu
Metody realizacji	Burza mózgów, metaplan, diamentowy ranking, prezentacja oraz wypowiedz ustna
Czas trwania	45 minut
Materiały do zajęć	Kartki, kolorowe pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na grupy 5 osobowe, rozdaje kartki i kolorowe pisaki. Prosi uczniów w grupach o zaproponowanie możliwych sposobów na rozwiązanie problemu: „Grupa starszych uczniów ze szkoły dokucza mi i wyłudza ode mnie pieniądze – co mam zrobić?”, następnie prosi, aby pomysły te uszeregować hierarchicznie z wykorzystaniem „diamentowego rankingu” następnie o przedstawienie swoich pomysłów
Czynności uczestników	Uczniowie w grupach opracowują w formie metaplanu strategię wszystkich możliwych pomysłów rozwiązujących problem, następnie uczniowie dokonują hierarchii wybranych sposobów zaradczych następnie przedstawiają swoje propozycje
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione przy ścianie w stanowiska robocze dla poszczególnych grup

Treści kształcenia	Rola strategii pięciu kroków w profilaktyce zachowań zagrażających zdrowiu i/lub życiu człowieka
Metody realizacji	Pogadanka, dyskusja
Czas trwania	15 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel omawia dalsze elementy strategii rozwiązywania problemów metodą pięciu kroków
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają, a następnie podejmują dyskusję
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Rola strategii pięciu kroków w profilaktyce zachowań zagrażających zdrowiu i/lub życiu człowieka
Metody realizacji	Pogadanka, wypowiedzi ustna, wypracowanie
Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia, prosząc o dokończenie zdania: „Czy zaproponowany dziś sposób rozwiązywania problemów podoba Ci się, a jeśli tak to dlaczego?” Prosi uczniów o przygotowanie wypracowania, w którym zaproponują zastosowanie omawianej metody rozwiązywania problemów
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają i aktywnie uczestniczą w rundce
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedź ustna,
- Wypracowanie.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Moje mocne strony.

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut.

### 3. Cel główny:

- Nabycie umiejętności rozpoznawania mocnych stron – własnych oraz innych osób.

### 4. Cele szczegółowe:

- Doskonalenie umiejętności prezentowania swoich mocnych stron przed grupą.
- Podniesienie samooceny.
- Doskonalenie umiejętności pracy w grupie.
- Pobudzanie do empatii.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Istota rozpoznawania mocnych stron – własnych oraz innych osób.
- Znajomość mocnych stron jako motywator działania i element sukcesu w życiu.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Metody podające: opowiadanie – bajko terapia, wypowiedź ustna, pogadanka,
- Pantomima,
- Metody problemowe – burza mózgów, dyskusja,
- Gra dydaktyczna.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Tekst z bajką,
- Kartki,
- Pisaki,
- Długopisy.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Przywitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju, aktywizacja funkcji poznawczych
Metody realizacji	Wypowiedź ustna, gra dydaktyczna

Czas trwania	10 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów i inicjuje krótką zabawę w liczenie. Uczniowie liczą po kolei siedząc w kole. Cyfr: 3,6,9 oraz liczb z tymi cyframi nie wypowiadają, tylko wyklaskują. W zabawie ważny jest rytm, nie-ociąganie się z odpowiedzią
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem i aktywnie uczestniczą w zabawie
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Istota znajomości mocnych stron
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza uczniów temat zajęć
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Dostrzeganie i docenianie mocnych stron u siebie i innych osób
Metody realizacji	Pantomima, opowiadanie - bajkoterapia - opowieść o gwiazdce , która nie potrafiła zauważyć swoich mocnych stron i zazdrościła innym, dyskusja
Czas trwania	25 minut
Materiały do zajęć	Tekst z bajką
Czynności prowadzącego	Nauczyciel inicjuje zabawę – każda osoba po kolei przedstawia jedną swoją mocną stronę - to co umie robić, w czym czuje się dobrze w formie pantomimy. Reszta klasy odgaduje tę cechę. Nauczyciel czyta bajkę, następnie inicjuje dyskusję
Czynności uczestników	Uczniowie po kolei prezentują poprzez pantomimę swoje mocną stronę. Uczniowie słuchają, następnie uczestniczą w dyskusji
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w półkolu, tak aby wszyscy widzieli osobę prezentującą pantomimę

Treści kształcenia	Co daje znajomość mocnych stron ?
Metody realizacji	Gra dydaktyczna, wypowiedzi ustna, dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Kartki A 4, pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel rozdaje uczniom kartkę A 4 .Na górze kartki każdy pisze swoje imię. Następnie przekazuje kartkę osobie siedzącej obok w kole, która zapisuje mocną stroną jaką dostrzeża w osobie, której imię znajduje się na kartce. Następnie zagniata kartkę – jak harmonijkę i przekazuje kolejnej osobie, która powtarza tę czynność. W ten sposób do każdego trafia harmonijka wypełniona mocnymi stronami, jakie widzą w nim koledzy i koleżanki z klasy. Nauczyciel zachęca do odczytania na głos treści z kartek
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w zaproponowanej zabawie
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w kole

Treści kształcenia	Znajomość mocnych stron jako motywator działania i element sukcesu w życiu
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Ankiety, długopisy
Czynności prowadzącego	Nauczyciel podsumowuje zajęcia zwracając uwagę, że znajomość swoich mocnych stron motywuje nas do działania, podnosi naszą samoocenę, a tym samym naszą relację z innymi. Rozdaje krótką ankietę – czy podobały się dzisiejsze zajęcia
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają, wypełniają ankietę i żegnają się z nauczycielem. Harmonijkę „swoich mocnych stron” biorą do domu
Uwagi realizacyjne	Krzeseła ustawione w kole

## 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedzi ustne uczestników zajęć.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

Poznajemy swoje zainteresowania.

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut.

### 3. Cel główny:

- Poznanie zainteresowań członków społeczności klasowej.

### 4. Cele szczegółowe:

- Podniesienie samooceny.
- Integracja grupy.
- Doskonalenie umiejętności prezentacji przed grupą.
- Nabycie wiedzy z zakresu umiejętności przygotowania projektu.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Rola zainteresowań w życiu człowieka.
- Rodzaje zainteresowań.
- Rola znajomości zainteresowań innych ludzi w budowaniu lepszych relacji społecznych.
- Planowanie czasu wolnego w oparciu o zainteresowania jako element profilaktyki niewłaściwych zachowań.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Pogadanka, wypowiedź ustna, prezentacja, opis,
- Dyskusja, burza mózgów,
- Elementy metody Rudolfa Labana,
- Elementy mappingu.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Płyta CD i odtwarzacz do płyt,
- Arkusze szarego papieru,
- Kolorowe kredki,
- Szpilki.

### 8. Przebieg zajęć:



Treści kształcenia	Przywitanie uczniów, wprowadzenie dobrego nastroju do zajęć
Metody realizacji	Pogadanka, elementy metody Rudolfa Labana
Czas trwania	5 minut
Materiały do zajęć	Płyta z muzyką, odtwarzacz płyt CD
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita się z uczniami i proponuje na rozgrzewkę krótką zabawę „Chodzimy jak...” z wykorzystaniem elementów metody Rudolfa Labana. Nauczyciel włącza muzykę i daje kolejne hasła: „...chodzimy jak zmęczeni ludzie, jak ludzie skaczący przez kałuże, chodzimy z parasolką pod wiatr...”
Czynności uczestników	Uczniowie witają się z nauczycielem, a następnie wszyscy uczniowie aktywnie uczestniczą w zabawie
Uwagi realizacyjne	Potrzebna wolna przestrzeń, dlatego też wszelkie stoły i krzesła powinny być zsunięte pod ścianę

Treści kształcenia	Rola zainteresowań w życiu człowieka (w nawiązywaniu relacji społecznych)
Metody realizacji	Pogadanka, burza mózgów, mapping, dyskusja, prezentacja, wypowiedzi ustna
Czas trwania	50 minut
Materiały do zajęć	Arkusze szarego papieru, kolorowe kredki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel opowiada o swoim zainteresowaniu. Następnie dzieli uczniów na 5-osobowe grupy, rozdaje arkusze papieru i kolorowe pisaki. Prosi uczniów o przygotowanie plakatu, na którym zaprezentowane będą ich zainteresowania (1 uczeń/1 zainteresowanie). Nauczyciel prosi o zaprezentowanie plakatów na forum klasy. Następnie podsumowuje zajęcia i prosi o przygotowanie projektu dotyczącego wybranego zainteresowania (na kolejne zajęcia)
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają, a następnie w grupach opracowują plakaty. Po skończonym zadaniu wieszają plakaty w gablocie szkolnej
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione pod ścianą w stanowiska robocze dla poszczególnych grup

Treści kształcenia	Planowanie czasu wolnego w oparciu o zainteresowania jako element profilaktyki niewłaściwych zachowań
Metody realizacji	Wypowiedź ustna

Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel żegna się z uczniami, dziękuję za zaangażowanie, docenia wkład pracy
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają i żegnają się z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Projekt – przygotowany w oparciu o umiejętności i wiedzę wyniesioną z zajęć.

## SCENARIUSZ ZAJĘĆ

### 1. Temat zajęć:

To co ważne, wartości w moim życiu.

### 2. Czas trwania zajęć:

60 minut

### 3. Cel główny:

- Nabywanie umiejętności dostrzegania i nazywania wartości w życiu każdego człowieka.

### 4. Cele szczegółowe:

- Kształtowanie umiejętności pracy w grupie, dyskutowanie a także wypracowywanie wspólnego stanowiska.
- Wdrażanie umiejętności planowania pracy, docenianie wkładu pracy każdej osoby z grupy.
- Pobudzanie do empatii i odpowiedzialności za wspólne dobro całej społeczności szkolnej.

### 5. Treści kształcenia realizowane na zajęciach:

- Istota wartości w życiu człowieka.
- Rodzaje i hierarchia wartości.
- System wartości uczniów.

### 6. Metody realizacji zajęć:

- Warsztaty,
- Metody podające – pogadanka, opis,
- Metody poszukujące:
  - a. problemowe – klasyczna, burza mózgów, dywanik pomysłów,
  - b. ćwiczeniowe – dyskusja, gra dydaktyczna.

### 7. Środki dydaktyczne / materiały do zajęć:

- Kartki białego papieru A 4,
- Kolorowe kartki w kształcie płatków kwiatka,
- Długopisy i kolorowe pisaki,
- Szpilki.

### 8. Przebieg zajęć:

Treści kształcenia	Powitanie, wprowadzenie dobrego nastroju.
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wita uczniów, proponuje zabawę w „Kto tak jak ja”
Czynności uczestników	Uczniowie odpowiadają na powitanie z nauczycielem
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, ławki pod ścianą

Treści kształcenia	Poznanie zainteresowań oraz upodobań uczestników zajęć
Metody realizacji	Gra dydaktyczna
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	krzesła
Czynności prowadzącego	Nauczyciel staje w środku, uczniowie siedzą na krzesłach w kole. Nauczyciel inicjuje zabawę: „Kto tak jak ja lubi ...?” Osoby, które lubią wymienioną rzecz wstają i zamieniają się miejscami. Osoba stojąca w środku też chce usiąść, zatem dla 1 osoby brakuje miejsca. Ten, kto nie zdąży usiąść zostaje w środku i zabawa toczy się dalej
Czynności uczestników	Uczniowie słuchają nauczyciela, a następnie aktywnie uczestniczą w zajęciach
Uwagi realizacyjne	Zwrócenie uwagi na odpowiednią przestrzeń i bezpieczeństwo uczestników zajęć

Treści kształcenia	Istota wartości w życiu człowieka
Metody realizacji	Pogadanka
Czas trwania	5 minut
Czynności prowadzącego	Nauczyciel wprowadza w tematykę kolejnego etapu zajęć, wskazuje, że za klimat szkoły odpowiada cała jej społeczność
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie słuchają
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

Treści kształcenia	Rodzaje i hierarchia wartości
Metody realizacji	Burza mózgów, dywanik pomysłów, gra dydaktyczna
Czas trwania	20 minut
Materiały do zajęć	Białe kartki A 4, kolorowe kartki w kształcie płatków kwiatów, kolorowe pisaki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dzieli uczniów na grupy po 5 osób. Każdej grupie daje kartki oraz po jednym płatku kwiatu wraz z kolorowymi pisakami. Nauczyciel prosi uczniów, aby w grupach wypisali na kartce wszystkie ważne dla nich wartości. Następnie grupy łączą się po dwie razem i układają wspólne wartości w całość. Na koniec wypisują swoje propozycje na płatkach kwiatu
Czynności uczestników	Uczniowie aktywnie uczestniczą w zajęciach – dobierają się w grupy i opracowują zadanie. Grupy łączą się po dwie i dalej wypracowują własne pomysły i zapisują je na płatkach kwiatu
Uwagi realizacyjne	Stoły ustawione przy ścianach – „kąciki” dla uczestników poszczególnych grup

Treści kształcenia	System wartości stworzony przez uczestników zajęć
Metody realizacji	Opis, prezentacja, dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Opracowane na kartkach propozycje wartości
Czynności prowadzącego	Nauczyciel prosi przedstawicieli grup o zaprezentowanie swoich pomysłów i po kolei ułożenie zapisanych płatków w całość – w kwiat.
Czynności uczestników	Przedstawiciele grup układają na środku podłogi płatki kwiatu, komponując wspólny „Kwiat wartości”, system wartości, który zawiera wartości istotne dla każdego uczestnika zajęć
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole, po środku miejsce na kwiat

Treści kształcenia	Podsumowanie, podziękowanie - wartości w życiu drogowskazami, bez których można się pogubić, dzięki nim szkoła czujemy się w szkole bezpiecznie, mogąc polegać na empatii i wsparciu innych w razie potrzeby
--------------------	--

Metody realizacji	Pogadanka, dyskusja
Czas trwania	10 minut
Materiały do zajęć	Płatki kwiatu wartości, szpilki
Czynności prowadzącego	Nauczyciel dziękuje wszystkim uczestnikom, docenia wkład pracy i zaangażowanie. Na zakończenie prosi o wspólne zawieszenie stworzonego kwiatu wartości na gazetce. Prosi uczniów o krótką wypowiedź z jakimi uczuciami kończą zajęcia. Prosi, aby uczniowie określili, czy wspólnie stworzony system wartości przyczyni się do tworzenia szkoły bardziej przyjaznej i bezpiecznej
Czynności uczestników	Uczniowie siedzą w kole. Na hasło nauczyciela wieszają wspólnie na gazetce swoje dzieło – kwiat wartości. Na zakończenie, w rundce wypowiadają się na temat odbytych zajęć jak również odpowiadają na pytanie prowadzącego dotyczące wpływu systemu wartości na przyjacielskie relacje i bezpieczeństwo panujące w szkole
Uwagi realizacyjne	Krzesła ustawione w kole

### 9. Sposoby ewaluacji i autoewaluacji zajęć:

- Wypowiedź każdego uczestnika na temat odbytych zajęć, wyrażenie uczuć towarzyszących po ich zakończeniu. Kwiat wartości – jako symbol i dokument wspólnej pracy.

## Informacje o autorach

mgr Barbara Boniek

nauczyciel edukacji dla bezpieczeństwa, edukacji wczesnoszkolnej w Zespole Szkół nr 22, pomysłodawca i realizatorka innowacji pedagogicznej *Klasa ratownicza* w G 24 oraz *Żyję zdrowo i bezpiecznie. Mały ratownik* dla uczniów SP 34. Współautorka podręcznika szkolnego *Edukacja dla bezpieczeństwa* dla szkół ponadgimnazjalnych. Autorka obudowy dydaktycznej do podręcznika *Ciekawi świata* oraz kilkunastu artykułów z zakresu bezpieczeństwa i pierwszej pomocy, współredaktorka dwóch monografii. Twórcza kilku programów studiów podyplomowych, w tym z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa w Wyższej Szkole Gospodarki. Koordynator międzynarodowego programu „Serce na start”.

mgr Alicja Czerwińska

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Absolwentka Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu. Zainteresowania naukowe to socjologia młodzieży oraz socjologia subkultur. Uczestniczka i realizatorka wielu projektów badawczych i naukowych, także międzynarodowych. Koordynatorka Instytutu Nauk Społecznych WSG. Autorka i współautorka kilkunastu artykułów naukowych.

dr inż. Anna Długosz

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Specjalista z zakresu żywienia człowieka. Członek Polskiego Towarzystwa Dietetyki, Polskiego Towarzystwa Technologów Żywności i Polskiego Towarzystwa Nauk Żywnościowych. Obszarem jej zainteresowań naukowych jest ocena: sposobu żywienia i stanu odżywienia, zachowań żywieniowych, uwarunkowań żywieniowych stanu zdrowia różnych grup ludności. Największą pasją są zagadnienia żywieniowe związane z okresem pokwitania. Zaowocowały one badaniami uwarunkowań sposobu żywienia i stanu odżywienia młodzieży ze szczególnym uwzględnieniem środowiska zamieszkania, w tym sytuacji socjoekonomicznej. Autorka wielu publikacji naukowych. Pasje pozazawodowe to literatura piękna, muzyka poważna oraz różnego rodzaju formy aktywności fizycznej.

m g r E w a K a n i e w s k a - M a c k i e w i c z

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Pedagog, oligofrenopedagog, nauczyciel akademicki, dyrektor Niepublicznej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej WSG oraz Żłobka Akademickiego WSG. W ostatnich latach pracy zawodowej współpracowała z osobami uzależnionymi, chorymi psychicznie, z osobami z różnego rodzaju niepełnosprawnością (zarówno z dorosłymi, jak i dziećmi) oraz z ich rodzinami.

d r A n e t a K o k o t

dr nauk społecznych, adiunkt w Gnieźnieńskiej Szkole Wyższej Milenium w Gnieźnie, autorka licznych artykułów i pozycji zwartej w zakresie poradnictwa, doradztwa kariery dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Współorganizator licznych konferencji, seminariów naukowo-badawczych. Koordynator licznych inicjatyw na rzecz osób zagrożonych wykluczeniem społecznym (dzieci, młodzieży i dorosłych w województwie kujawsko-pomorskim i wielkopolskim znajdujących się w różnych sytuacjach kryzysowych). Biegły sądowy w zakresie przemocy w środowisku pracy (mobbing, molestowanie seksualne itp.).

p r o f . d r A l i c j a K o z u b s k a

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Pedagog, specjalizuje się zwłaszcza w pedagogice rodziny. Obecne zainteresowania badawcze koncentrują się wokół zagadnień: zakłóceń funkcjonowania rodziny i ich skutków w procesie kształcenia i wychowania dzieci i młodzieży; możliwości i ograniczeń współpracy podmiotów edukacyjnych, głównie rodziny i szkoły; uwarunkowań i trudności w pracy nauczyciela-wychowawcy. Absolwentka Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Bydgoszczy kierunku *pedagogika* w zakresie resocjalizacji. Stopień doktora nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki uzyskała na Uniwersytecie Gdańskim. Pracownik Katedry Dydaktyki Ogólnej, a następnie Studium Pedagogicznego Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Od roku 2008 pracuje w Instytucie Nauk Społecznych Wyższej Szkoły Gospodarki, początkowo na stanowisku adiunkta jako kierownik Katedry Nauk o Rodzinie. Od 2011 roku na stanowisku profesora, pełni funkcję prorektora ds. kształcenia i studentów Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy. Autorka ponad sześćdziesięciu artykułów, jednej monografii naukowej, współautorka i redaktorka czterech publikacji zwartych.

d r i n ż . D o r o t a Ł o b o d a

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Specjalista z zakresu żywienia człowieka. Członek Polskiego Towarzystwa Dietetyki, Polskiego Towarzystwa Technologów Żywności i Polskiego Towarzystwa Nauk Żywnościowych. Dyrektor Instytutu



Zdrowia WSG w Bydgoszczy. Na co dzień entuzjastka wychodząca naprzeciw ludzkim potrzebom. Lubiąca otoczenie zorientowane na ludzi, zorganizowane i wspierające. W pracy poszukuje zadań wyzwających możliwości twórcze i pozwalających na współpracę, którą sobie niezmiernie ceni. Obszarem jej zainteresowań naukowych jest: ocena sposobu żywienia i stanu odżywienia, zachowań żywieniowych, uwarunkowań żywieniowych stanu zdrowia różnych grup ludności. Autorka wielu publikacji i opracowań naukowych. Największą pasją są zagadnienia żywieniowe związane z dziećmi i młodzieżą. Pasje pozazawodowe to podróże, kuchnia, dobry film, a także jazda na rolkach i bieganie.

m g r K a m i l a M ü l l e r

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Absolwentką studiów socjologicznych. Do jej głównych zainteresowań naukowych należą te związane z drugim człowiekiem i jego funkcjonowaniem w świecie, a więc między innymi psychologia oraz relacje społeczne.

m g r K a r o l i n a O s a k

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Ukończyła studia licencjackie na kierunku *administracja*, studia magisterskie na kierunku *kulturoznawstwo* oraz studia podyplomowe na kierunku *przygotowanie pedagogiczne*. Od 2013 roku koordynator Regionalnej Sieci Uniwersytetów Trzeciego Wieku WSG, od 2014 roku nauczyciel akademicki w Instytucie Nauk Społecznych Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy. Prowadzi zajęcia dydaktyczne z przedmiotów: *relacje społeczne, techniki komunikacji interpersonalnej i autoprezentacji, aktywizacja grup międzypokoleniowych oraz organizacja wypoczynku dzieci i młodzieży*.

d r M a ł g o r z a t a O s t r o w s k a

nauczyciel wychowania fizycznego z trzydziestoletnim stażem pracy pedagogicznej w Zespole Szkół nr 27 w Bydgoszczy, doradca metodyczny w zakresie wychowania fizycznego w Miejskim Ośrodku Edukacji Nauczycieli w Bydgoszczy oraz wykładowca na kierunku *wychowanie fizyczne* w Wyższej Szkole Gospodarki w Bydgoszczy.

m g r P a u l i n a O z d o w s k a

absolwentka Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy, kierunek *pedagogika*, specjalność *resocjalizacja*. W roku 2014 na Uniwersytecie Przyrodniczo-Humanistycznym w Siedlcach obroniła pracę magisterską z zakresu profilaktyki społecznej. Wykładowca w Wyższej Szkole Gospodarki w Bydgoszczy. Autorka

tekstów koncentrujących się wokół szeroko pojętego funkcjonowania człowieka w społeczeństwie, z uwzględnieniem wpływu środowiska wychowawczego na jego rozwój. Warsztat edukatorski i pedagogiczny doskonaliła jako wychowawca i profilaktyk dziecięcy w Towarzystwie Nasze Szwederowo. Staż zawodowy odbyła w Spoleto – Azzurra Societa Cooperativa Sociale. Praktykantka m.in. Zespołu Służby Kuratorskiej Sądu Rejonowego w Bydgoszczy oraz Wielofunkcyjnej Placówki Szkolno-Wychowawczej w Brzeziu.

m g r i n ż . A n d r z e j P o t r e p k o

absolwent studiów inżynierskich i magisterskich Szkoły Głównej Służby Pożarnej w Warszawie oraz studiów podyplomowych Wyższej Szkoły Gospodarki na kierunkach *przygotowanie pedagogiczne* oraz *bezpieczeństwo i higiena pracy*. Długoletni staż służby pożarnej jako oficer Państwowej Straży Pożarnej. Wykładowca przedmiotów ratowniczych w Szkole Podoficerskiej Państwowej Straży Pożarnej. Obecnie pełni stanowisko Komendanta Lotniskowej Służby Ratowniczo-Gaśniczej Portu Lotniczego w Bydgoszczy, jest wykładowcą w Wyższej Szkole Gospodarki w Bydgoszczy. Członek Stowarzyszenia Inżynierów i Techników Pożarnictwa. Prowadził wieloletnią współpracę z Centrum Naukowo-Badawczym Ochrony Przeciwopozarowej, współautor platformy e-learningowej szkolenia członków Ochotniczych Straży Pożarnych. Jako dowódca Jednostki Ratowniczo-Gaśniczej w Państwowej Straży Pożarnej w Bydgoszczy prowadził w latach 1998–2014 współpracę z placówkami oświatowymi w zakresie promowania zasad bezpieczeństwa pożarowego.

d o c . d r A l e k s a n d e r S k a l i y

nauczyciel wychowania fizycznego, dyrektor Katedry Sportu i Kultury Fizycznej Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy, wieloletni organizator turystycznych wypraw dla studenckiej i szkolnej młodzieży w trudne tereny górskie Krymu, Ambasador Kongresów Polskich, pomysłodawca i organizator cyklicznej Międzynarodowej Konferencji Naukowej „Stan, Perspektywy i Rozwój Ratownictwa, Kultury Fizycznej i Sportu w XXI wieku”.

d r B o ż e n a S o w i ń s k a

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Doktor nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki o specjalności *edukacja medialna*, zatrudniona na stanowisku adiunkta na Wydziale Studiów Stosowanych WSG w Bydgoszczy. Zainteresowania badawcze to edukacja medialna, czas wolny, metodyka pisania prac dyplomowych, biblioteki szkół wyższych. Autorka kilku monografii naukowych i kilkudziesięciu artykułów naukowych. Członkini Polskiego Towarzystwa Techno-

logii i Mediów Edukacyjnych oraz Towarzystwa Nauczycieli Bibliotekarzy Szkół Polskich. Aktualnie dyrektor Biblioteki Głównej Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy.

m g r J o a n n a W o ź n i a k

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Licencjat i magister administracji, absolwentka studiów podyplomowych z zakresu prawa zamówień publicznych, przygotowania pedagogicznego oraz pedagogiki przedszkolnej. W latach 2013–2016 koordynator Uniwersytetu Dziecięcego WSG, od 2016 roku kierownik Przedszkola Akademickiego Wyższej Szkoły Gospodarki w Bydgoszczy.

d o c . P r z e m y s ł a w Z i ó ł k o w s k i

Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy. Historyk i pedagog, dyrektor Instytutu Nauk Społecznych WSG, dyrektor Międzywydziałowego Studium Pedagogicznego oraz Placówki Doskonalenia Nauczycieli WSG. Absolwent kilku studiów podyplomowych oraz licznych kursów i szkoleń. Kierownik i koordynator licznych grantów edukacyjnych oraz projektów naukowo-badawczych. Wykładowca w placówkach doskonalenia nauczycieli, twórca wielu programów kursów i studiów podyplomowych. Ekspert Ministerstwa Edukacji Narodowej oraz Instytutu Badań Edukacyjnych. Autor trzydziestu artykułów naukowych, ośmiu monografii oraz współautor i redaktor siedmiu publikacji zwartych.