



INFORMACJA PRASOWA

Warszawa, 19 lutego 2020 r.

Mobbing w szkole – jak chronić przed nim nasze dzieci?

Trwają ferie zimowe. To dla dzieci czas odpoczynku od obowiązków i nauki. Większość z nich smuci się na myśl o czekającym ich powrocie do szkoły. Jednak czasem ma to związek nie z lekcjami, ale z... negatywnymi przeżyciami. Mowa o zjawisku mobbingu, z którym zmagają się część uczniów, jednak stanowi temat tabu. Czym właściwie jest mobbing? Jak pomóc dziecku, które jest jego ofiarą w szkole? W jaki sposób powinni zachować się rodzice i nauczyciele? Na te pytania odpowiadają psychologowie – Magdalena Kruk-Rogucka oraz Barbara Kosmala z Centrum Medycznego Damiana.

Zjawisko mobbingu pojawia się w opracowaniach Międzynarodowej Organizacji Pracy, która definiuje je jako obraźliwe i mściwe zachowanie wyrażające się poprzez okrutne, złośliwe lub upokarzające usiłowania zaszkodzenia jednostce lub grupie pracowników, którzy stają się przedmiotem psychicznego dręczenia. Ponadto działania mobbingujące mają na celu izolowanie danej osoby od kontaktów społecznych oraz stałą krytykę, plotkowanie czy dawanie ciągłych uwag. Takie powtarzające się i długotrwałe zachowania prowadzą do poważnych konsekwencji u ofiary mobbingu.

Jednak musimy mieć świadomość, że nie tylko środowisko pracy predysponuje do występowania takiego zachowania. Równie często z mobbingiem mamy do czynienia w sektorze oświatowym i szkolnictwie, a zjawisko to może zachodzić np. między nauczycielem a uczniem, a także... między dziećmi.

Gdy niewinna sytuacja przybiera na sile

Pamiętajmy, że dziecięcy mobbing może rozpoczynać się bardzo niewinnie. Początkowo są to np. „tylko” drobne zaczepki, które z czasem stają się coraz częstsze i bardziej agresywne. Jeśli dziecko nie jest w stanie poradzić sobie z tymi atakami, pozostaje bierne, a mobbing wzrasta na sile. Do całego arsenału dochodzą wtedy inne jego formy: plotkowanie, publiczne poniżanie czy nawet agresja fizyczna. Niestety często bywa tak, że reszta grupy rówieśniczej staje po stronie agresora.

Mobbing w szkole najczęściej objawia się jako:



- szykanowanie,
- izolowanie,
- wyśmiewanie, wyszydzanie,
- obmawianie, plotki, ubliżanie,
- szantaż,
- przemoc fizyczna – popychanie, bójki, zaczepki, wrogie gesty.

W praktyce terapeutycznej osoby mobbingowane cierpią z powodu zaniżonej samooceny, nierzadko skarżą się na dolegliwości somatyczne i bólowe, zmagają się z brakiem energii i depresją oraz różnymi rodzajami stanów lękowych. U osób dorosłych, które w wieku szkolnym nie otrzymały wsparcia mogą pojawić się utrwalone objawy nerwicowe. Dlatego niezmiernie ważne jest udzielanie profesjonalnego wsparcia osobom, które stały się ofiarą mobbingu. Czasem rodzice mylnie zakładają, że „dziecko nie powinno przejmować się tym, co mówią inni” i zwlekają z szukaniem profesjonalnej pomocy. Sytuacje przemocy i nienawiści mogą naruszać kondycję psychiczną każdej, nawet bardzo silnej osoby. Warto przekazywać dzieciom dobre wzorce dbania o siebie poprzez korzystanie ze wsparcia i pomocy tam, gdzie sytuacja tego wymaga – komentuje Barbara Kosmala, psycholog z Centrum Medycznego Damiana.

Mobbing ze strony nauczyciela

Wielu rodziców przynajmniej raz w życiu słyszało od swojego dziecka następujące słowa: „nauczycielka od matematyki się na mnie uwzięła”. W większości przypadków dzieci próbują „tuszować” w ten sposób swoje małe „porażki” lub poprzez takie sformułowania wyrażają swoją niechęć do danego przedmiotu... a tak naprawdę nauczyciel nie wykazuje wobec ucznia żadnych negatywnych zachowań. Rolą rodziców pozostaje wówczas rozmowa zarówno z dzieckiem, jak i nauczycielem, łagodzenie „sporu” oraz kontrolowanie sytuacji.

Niekiedy jednak takie słowa naszego dziecka mogą oznaczać, że w jego szkolnym życiu dzieją się rzeczy niepokojące, a nauczyciel stosuje wobec niego mobbing. Negatywnie wpływa to nie tylko na jego pewność siebie (np. kiedy bywa krytykowany przy całej klasie), ale przekłada się również na postępy w nauce, jak i relacje z rówieśnikami.

Dzieci w wieku szkolnym mają bardzo wrażliwą psychikę. Ważne w ich prawidłowym rozwoju jest zatem poczucie wspólnoty, zrozumienia i akceptacji płynącej zarówno ze strony rówieśników, jak i nauczycieli



czy rodziców. Jeżeli z jakichkolwiek powodów dziecko jest dyskryminowane czy poniżane w szkole, a co gorsze dzieje się to bez reakcji a nawet z przyzwoleniem nauczycieli, wówczas sytuacja staje się krytyczna. Oczywiście takich przypadków nie jest wiele, jednak każdy z nich powinien być natychmiast piętnowany i eliminowany. Kiedy dziecko nie widzi wsparcia, czuje alienację, wówczas bardzo mocno cierpi psychicznie. Poczucie osamotnienia i odrzucenia może bowiem doprowadzić do bardzo poważnych skutków – m.in. depresji czy próby odebrania sobie życia – komentuje Magdalena Kruk-Rogucka, psycholog z Centrum Medycznego Damiana.

Mobbing w świecie wirtualnym

Współczesne kontakty towarzyskie w dużej mierze przeniosły się do Internetu. Wielką popularnością cieszą się m.in. media społecznościowe, które służą nie tylko do komunikowania się, ale także dla młodzieży jest to sposób na budowanie własnej wartości i tzw. popularności. W tym celu m.in. dzieci umieszczają w sieci swoje zdjęcia, filmy z podróży czy opisy najnowszych zakupów. Kiedy pod dodanymi treściami pojawiają się pozytywne komentarze dziecko odczuwa akceptację i inne pozytywne emocje. Zdarza się jednak, że uczeń staje się obiektem żartów, a nawet wyzwisk. Następnie, często zachowania te przenoszą się do świata rzeczywistego.

Media społecznościowe mają jednocześnie pozytywne i negatywne strony. Do pozytywnych można zaliczyć m.in. szybkość nawiązywania kontaktów, możliwość rozmowy z osobami w każdym zakątku świata czy błyskawiczny dostęp do informacji. W gąszczu zalet znajdują się jednak również wady tych rozwiązań. Co trzeci nastolatek, jeśli pozbawi się go dostępu do Internetu ma klasyczne objawy odstawieniowe, jak przy innym uzależnieniu. Kiedy dziecko boi się, że nie będzie akceptowane wśród swoich rówieśników (znajomi w social media), to może zacząć odczuwać problemy emocjonalne, zaburzenia snu czy problemy z zasypianiem. Przywołać mogę jeden przykład dzieci z ostatnich klas szkoły podstawowej, które stworzyły grupę na Facebooku. W jej ramach wrzucały zdjęcia, często przerabiane w programach graficznych, które były prześmiewcze wobec kilku dzieci z tej klasy, zwłaszcza jednej dziewczynki. Kiedy sprawa ujrzała światło dzienne, początkowo grupka była bardzo hermetyczna, to ta dziewczynka zakończyła na fobii szkolnej i indywidualnym nauczaniu – komentuje Magdalena Kruk-Rogucka, psycholog z Centrum Medycznego Damiana – dodaje Magdalena Kruk-Rogucka, psycholog z Centrum Medycznego Damiana, psycholog z Centrum Medycznego Damiana.



Centrum Medyczne Damiana (CMD) istnieje od 1994 r. Zapewnia pacjentom szeroki zakres opieki medycznej w ośmiu przychodniach w Warszawie oraz w Szpitalu. Pracują w nich lekarze wszystkich specjalności, z wieloletnią praktyką kliniczną zdobytą w wiodących placówkach polskich i zagranicznych.

Centrum Medyczne Damiana oferuje kompleksowy zakres konsultacji lekarzy, badań diagnostycznych; obrazowych i laboratoryjnych, rehabilitację i profilaktykę zdrowotną. W Szpitalu Damiana wykonywane są operacje w zakresie chirurgii ogólnej, ortopedii, okulistyki, laryngologii i ginekologii.

Zdrowie i bezpieczeństwo pacjentów gwarantowane są w oparciu o długoletnie doświadczenie lekarzy pracujących w Centrum Medycznym Damiana i najwyższe standardy w procesie leczenia. Wysoka jakość znalazła odzwierciedlenie w zdobytych przez CMD certyfikatach i nagrodach, takich jak: „Akredytacja Centrum Monitorowania Jakości”, Certyfikat ISO, „Szpital bez bólu”, „Bezpieczny Pacjent”, „Godło Quality International 2017” oraz „Miejsce przyjazne przyszłej Mamie”.

W ciągu 25 lat swojego istnienia Centrum Medyczne Damiana ugruntowało swoją silną pozycję na rynku prywatnych usług medycznych. O unikatowości jego usług świadczą: indywidualne, przyjazne podejście do pacjentów, kompleksowa opieka medyczna, wysokie kwalifikacje personelu, a także zwracanie szczególnej uwagi na profilaktykę zdrowia.

Centrum Medyczne Damiana angażuje się także w działania charytatywne i współpracuje z m.in. z takimi organizacjami jak: UNICEF Polska, WOŚP oraz Fundacja Spełniamy Marzenia.

Centrum Medyczne Damiana należy do Grupy Medcover.

Kontakt dla mediów:

Justyna Giers, justyna.giers@38pr.pl, tel. 514 550 996

Justyna Spychalska, justyna.spychalska@38pr.pl, tel. 512 029 778

Nikodem Chudzik, nikodem.chudzik@38pr.pl, tel. 512 029 402