

Przemoc w szkole – mit czy prawda?

Zapraszamy do czytania kolejnego numeru „Czcionki”. Tym razem postanowiliśmy się zająć gorącym tematem, jakim jest nadmierne używanie mediów cyfrowych w tym także hejt . W naszej gazecie znajdziesz także definicje przemocy, agresji i złości. Jak rozumiemy przemoc? Czy to jest tylko użycie siły fizycznej wobec kogoś czy także przemoc słowna, dziś często realizowana w postaci hejtu? A może również wykluczanie z grupy, wyśmiewanie, obrażanie, obgadywanie? Jak uporać się z tym problemem? Na te pytania postaramy się znaleźć odpowiedzi w aktualnym numerze gazetki. Zachęcamy do przeczytania wywiadu ze szkolnym psychologiem, Panią Dominiką Pogorzelec-Nierzewską, która da Wam kilka ważnych wskazówek dotyczących tego problemu.

Warto poznać sposoby radzenia sobie z hejterami oraz bezpiecznego korzystania z Internetu i urządzeń mobilnych. Pamiętajmy, że nie możemy podawać swoich danych osobowych, peselu czy adresu zamieszkania w sieci, bo może się to wiązać z niebezpiecznymi konsekwencjami. Przedstawiamy Wam również wyniki ankiety przeprowadzonej w kilku klasach.



PRZEMOC - CZYM JEST I JAK Z NIĄ WALCZYĆ

Agresja to najczęściej świadome, zamierzone działanie, ma ona na celu wyrządzenie komuś krzywdy nie tylko fizycznej lecz też psychicznej bądź materialnej. Agresja może być sposobem wyrażenia złości. Przemoc to wykorzystanie swojej przewagi nad drugim człowiekiem (fizycznej, emocjonalnej lub społecznej). Mamy z nią do czynienia wówczas, gdy ktoś słabszy (ofiara) jest poddany przez dłuższy czas negatywnym działaniom jednej pojedynczej osoby bądź grupy osób silniejszych (sprawców przemocy).

Złość - przeżywamy ją wszyscy i nie mamy wpływu na jej pojawienie się. Złosczenie się nie jest samo w sobie ani dobre ani złe, lecz możemy mieć wpływ na to, jak okazujemy złość.

CZY MIAŁEŚ DO CZYNIEŃ Z PRZEMOCĄ?

Czy widziałeś w swojej szkole, jak silniejszy uczeń popycha młodszego albo zabiera mu plecak i bawi się z kolegami w tzw. "głupiego Jasia"?

Czy miałeś okazję zaobserwować, jak ktoś wpycha się do kolejki do sklepiku szkolnego bądź stołówki?

A może słyszałeś jak Twoi koledzy i koleżanki wysmiewają się z czyjegoś nazwiska?

Nie można godzić się na przemoc. Jeśli jesteś świadkiem takich zachowań i nie możesz sobie sam poradzić, szukaj pomocy u dorosłego.

Informowanie dorosłych nie jest żadnym donoszeniem na kolegów, ale szukaniem pomocy. Sprawcy postępują źle, łamią normy i powinni ponieść odpowiednie konsekwencje.

Nie jesteś skarżypytą, walczysz o bezpieczeństwo w szkole. Mówiąc o przemocy dorosłym, pomagasz także innym dzieciom, które spotyka to samo.

Jeśli nikomu o tym nie mówisz - krzywdzisz siebie i chronisz sprawców.

P.Drozda kl.4a na podst. www.przemocwszkole.org.pl



Zasady bycia offline

**Porady Fundacji dbam o mój z@sięg.
Zachęcamy do stosowania.**

1. Gdy idę z psem na spacer, do sklepu, do toalety, zostawiam telefon w pokoju.
2. Nie biorę telefonu do łóżka, zostawiam go na noc na biurku i korzystam z tradycyjnego budzika.
3. Pakuję do torby książkę, podróżując środkami komunikacji sięgam po nią. Głośna rozmowa przez telefon może przeszkadzać innym.
4. Wspólnie z innymi ustaliam zasady korzystania z telefonu komórkowego. Mam na te zasady wpływ, jestem konsekwentny/a w ich przestrzeganiu. Zakładam sobie określoną liczbę minut oraz pory dnia, w których korzystam z telefonu.
5. Dbam o to, abym nie miał/a telefonu komórkowego zawsze przed oczami. Zamiast trzymać telefon cały czas w dłoni, mogę bawić się pudełkiem po zapalniczkach.
6. Kreatywnie spędzam czas wolny, planuję go sobie i najbliższemu z wyprzedzeniem. Jeśli mam taką możliwość organizuję z bliskimi turniej gier planszowych.
7. Skupiam się na swoich obowiązkach. Długotrwałe korzystanie z telefonu w pracy/szkole prowadzi do nadmiernego rozproszenia, braku skupienia i obniżonej koncentracji uwagi.
8. Poświęcam czas własnym pasjom i zainteresowaniom. Kiedy biegam czy jeżdżę na rowerze nie biorę ze sobą telefonu. Odłączam się od aplikacji słucham własnego organizmu.
9. Nawiązuję z ludźmi bezpośrednie relacje. Na spotkaniu z przyjaciółmi spędzam czas tylko z nimi, a nie z telefonem w ręku. Umawiam się z innymi na wspólne niekorzystanie z telefonu komórkowego.
10. Robię sobie własny detoks - celowo nie zabieram telefonu ze sobą kiedy idę do kina czy teatru. Wyłączam i zostawiam go w domu informując innych, że jestem offline.
11. Nie komunikuję się z innymi domownikami za pomocą telefonu komórkowego, portali społecznościowych przebywając z nim jednocześnie pod jednym dachem.
12. Nie używam telefonu podczas posiłków i wspólnych spacerów.
13. Nie korzystam nałogowo z portali społecznościowych, wyłączam internet w komórce, dbam o swoją strefę prywatności.



Redakcja czcionki przeprowadziła w czterech wybranych klasach ankietę dotyczącą hejtu oraz różnych rodzajów przemocy. Dziękujemy tym wszystkim, którzy poważnie potraktowali naszą prośbę i ankietę wypełnili rzetelnie. Żartownisiom, którzy odsyłali nas do prezydenta, wszystkich świętych, a uczniów radzili zakuwać w kajdanki, informujemy, iż ich ankiety skończyły we właściwym miejscu-czyli niszczarce.

Jakie wnioski płyną z wypełnionych przez Was ankiet:

- 1. Większość za przemoc uznaje nie tylko szturchanie czy bicie, ale także wykluczanie z grupy, przezywanie, wulgaryzmy.**
- 2. Uczniowie naszej szkoły stwierdzają, że jeśli dotknęłaby ich sytuacja przemocy**
- 3. Za najbardziej newralgiczne miejsce w szkole uczniowie uznali szatnię szkolną.**
- 4. Większość uczniów wie co to jest hejt i natknęła się na niego w internecie, ale nie**
- 5. Niewielka grupa uczniów z naszej szkoły sama stosowała hejt wobec innych.**
- 6. Niektórzy z uczniów proponowali, aby:**
 - prowadzić jak najwięcej zajęć w różnych grupach, tak by uczniowie mogli się lepiej poznać**
 - starać się nadzorować osoby, które w jakikolwiek sposób zostały dotknięte przemocą**
 - sprawców surowo karać**

Wywiad z panią Dominiką Pogorzelec- Nierzewską psycholożką z Zespołu Szkół EKOLA.



Wywiad przeprowadzili Weronika Wołkowska i Mikołaj Niżyński z klasy 6:

WM: Czy uczniowie często przychodzą do Pani z problemem przemocy, że ktoś kogoś bije, przezywa lub stosuje inny rodzaj przemocy?

DPN: Nie jest to dominujący problem, z którym zwracają się do mnie uczniowie naszej szkoły. Czasem oczywiście przychodzą z prośbą, by pomóc im rozwiązać sytuacje konfliktowe. Czasami pytają mnie o radę w różnych sytuacjach.

WM: My również chcieliśmy zapytać Panią, jak radzić sobie z tym problemem. Jakie wskazówki dałaby Pani młodemu człowiekowi, który został dotknięty przemocą?

DPN: Wszystko zależy od stopnia agresji czy przemocy. Jeśli mamy do czynienia z koleżeńskim nieporozumieniem, w które włączyła się agresja, zawsze zachęcam do rozmowy, kiedy emocje opadną. Trzeba dać sobie czas na wyciszenie, a następnie zasygnalizować, że chce się konflikt rozwiązać. Jeśli rozmowa nie działa, trzeba sięgnąć po pomoc osoby dorosłej. Nie bać się, że będzie to skarga czy donosicielstwo. Zawsze najpierw sprawę próbujemy rozwiązać sami, ale kiedy nie dajemy sobie rady, szukamy pomocy. Odradzam tłumienie emocji i pozostawanie sam na sam z problemem.

WM: Obecnie obok przemocy fizycznej i psychicznej, dużo mówi się o hejcie. Czy uważa Pani, że jest on realnym problemem czy raczej zjawiskiem nagłośnień przez media?

DPN: Myślę, że jest to realny problem. Wiele osób nie zdaje sobie sprawy z tego, że to co napisze, wyrządza komuś krzywdę i jest o wiele gorsze niż powiedzenie czegoś wprost. To, co jest napisane, zostaje, może to czytać wiele osób i nawet jeśli zostanie usunięte, to ktoś mógł to wcześniej skopiować. Nigdy nie wolno pisać w emocjach, trzeba zastanawiać się nad każdym słowem. Stosującym hejt wydaje się, że są bezkarni, na szczęście tak nie jest. Hejt staje się coraz większym rzeczywistym problemem, który potrafi dotkliwie zranić człowieka.

WM: Jakie mogą być szkody w psychice człowieka, który doświadcza hejtu?

DPN: Poważną konsekwencją jest na pewno obniżenie samooceny, poczucia własnej wartości, czasem ludzie dotknięci hejtem czują się osamotnieni. Bardzo ważne jest to, aby mieć kogoś zaufanego i móc z nim porozmawiać, opowiedzieć mu o swoich emocjach. Kluczowe jest, by poszukać w trudnej dla siebie sytuacji wsparcia. Niezwykle ważni są także świadkowie zachowań przemocowych. Ważne, jak oni się zachowują, czy będą potrafili dać wsparcie osobie tego potrzebującej. Miłe słowo, uśmiech, mogą wesprzeć i dodać siły koledze czy koleżance.

WM: Czy zna Pani jakieś przykłady stosowania przemocy, które kończyły się na przykład odejściem ucznia ze szkoły?

DPN: Takich przykładów nie znam, ale zetknęłam się z sytuacjami, że ktoś bał się na drugi dzień przyjść do szkoły. Sądzę, że wsparcie uczniów jest w takiej sytuacji najważniejsze, bo przecież nie zawsze i nie wszystko dostrzeże nauczyciel. Jeżeli Wy, uczniowie, widzicie, że komuś dzieje się coś przykrego, złego, warto dać sygnał, że jest się gotowym do pomocy lub poszukać pomocy u dorosłego. Myślę, że nasi uczniowie są w stosunku do siebie raczej

życzliwi.

WM: Dziękujemy bardzo za poświęcony nam czas.

DPN: Ja również dziękuję.

II EKOLOWY Wieczór Talentów

19 marca 2018 we wrocławskim klubie Firlej odbył się II Ekolowy Wieczór Talentów. Swoje artystyczne umiejętności zaprezentowali uczniowie Zespołu Szkół EKOLA, którzy wcześniej przeszli przez szkolne eliminacje. Zgromadzona publiczność wysłuchiwała ciekawych interpretacji utworów współczesnych oraz klasycznych zagranych na fortepianie i wiolonczeli. Wystąpił także duet wokalny-gitarowy, który wykonał utwór z repertuaru Eda Sheerana pt. „Perfect”. Wielki entuzjazm wzbudziły występy młodych wokalistów, którzy przygotowali na ten wieczór bardzo zróżnicowany repertuar. Szczególną oprawę miała ostatnia część koncertu uświetniona minirecitaliem przez panią Justynę Szafran oraz pana Tomasza Leszczyńskiego, aktorów Teatru Muzycznego „Capitol”. Nie można pominąć w organizacji wieczoru roli Sejmiku Uczniowskiego, który przygotował na szkolny koncert bilety, a całkowity dochód z ich sprzedaży przekazał na pomoc dzieciom z Domu Małego Dziecka przy ulicy Parkowej we Wrocławiu. Kwota ze sprzedaży biletów wyniosła 1241 zł. Dziękujemy .



Wieczór Talentów

fot.Zofia Kurek



Wieczór Talentów

fot.Zofia Kurek

W cyklu "Kreatywni uczniowie" Zuzia Tural ska publikuje dalszy ciąg przygód Skylory.

Skylora opatrywała swoją ranę. Nie za bardzo wiedziała, jak to się robi, ponieważ została pierwszy raz przez kogoś postrzelona. Polowała blisko domu i nie wiedziała prawie nic o ludziach pustyni. Właściwie dowiedziała się o nich dopiero od przyjaciela parę miesięcy temu. Dzięki niemu w ogóle żyje. To właściwie on nauczył ją mówić, bo rodziców nie pamięta, choć często o nich śni. Jedyne co wiedziała o swoich rodzicach, to to, że jej tata ma (albo miał) blond włosy i, że oboje są ludźmi. No nic. Te przemyślenia nigdy nie powodowały nic dobrego. Czasem tylko smutek wywołany przypomnieniem, że ktoś ją kiedyś kochał. Teraz nikt. Albo przynajmniej tak jej się wydawało.

*** Parę dni później

Skylorę bardzo bolała noga. Nigdy nie lubiła prosić swojego przyjaciela Alexa o pomoc. Był od niej dużo starszy-ponad 10 lat, więc chciała pokazać mu się w jak najlepszym świetle. Zresztą dużo mu zawdzięczała. On gdy ją poznał miał może dwanaście lat, ona tylko trzy. Wtedy nauczył ją wszystkiego, co umiał. Niestety niedługo potem ludzie pustyni w nocy napadli na jego dom. Matce Alexa zadali śmiertelną ranę, a ojca porwali i pewnie po torturach zabili. Skylora chociaż sama była sierotą pomagała mu emocjonalnie, jak tylko mogła. W pewnym sensie znalazła sposób odplacenia za wszystko, co dla niej zrobił.

Nie było jednak wyjścia. Musiał obejrzeć jej ranę bo możliwe, że doszło do poważnej infekcji. Niechętnie udała się do przyjaciela i po drodze zakryła ranę swoimi spodniami celowo tak, aby lekko wystawała spod ubrania. Chciała uzyskać efekt, że wcale nie po to tu przyszła.

Zapukała do lekko rozklekotanych drzwi.

Lekko uchyliła drzwi i weszła do kuchni.

i nawet jeśli było tragicznie on umiał znaleźć optymistyczne argumenty, i to na tyle silne, że można było dostrzec w jakiejś przykłej sytuacji zupełnie nowe oblicze.

Skylora bez gadania położyła się na jego łóżku i czekała aż Alex przyjdzie z bandażem i igłą i nicią.

-Proszę wejść!-krzyknął a Skylorze zrobiło się raźniej. Jego głos był dla niej kojący. Gdy go słyszy czuje się bezpieczna.

-Witaj! Naprawdę długo cię nie było. Bałem się już, że coś ci się stało...

W jego głosie można było wyraźnie usłyszeć troskę.

-Nie...nic mi nie jest. Ale skoro już tu jestem, może zerknął byś na moją nogę?-powiedziała zakłopotana dziewczyna.

-Niech zgadnę. Znow bawiłaś się w łowcę? Mówiłem ci. Na mnie możesz zawsze liczyć, jeżeli chodzi o polowanie. Niepotrzebnie się zapuszczałaś. Pokaż no mi tę ranę.

Wszystko to powiedział żartobliwie. Ogólnie nie należał do wiecznie poważnych osób, wręcz przeciwnie ciągle opowiadał coś śmiesznego

-No dobra, to odwiń nogawkę, a ja zerknę, co ci zrobili krwiożerczy ludzie pustyni.

To akurat powiedział z powagą i z lekkim zdenerwowaniem. Oczywiście nie z powodu Skylory lecz przez ludzi pustyni. To jedyny nieprzyjemny temat, do którego podchodził poważnie. To był jednym słowem jego słaby punkt.

-Więc jak to się stało, że ta kreatura cię nie zabiła?-spytał zaciekawiony Alex.

- Poszłam dalej niż zwykle na polowanie. Usłyszałam szelest i myślałam, że to jakieś zwierzę...niestety potem zostałam zaatakowana no i postrzelona.

-No dobra...ale jakim cudem cię nie zabił?-spytał.

Skylora nie chciała mówić mu o tym, co zobaczyła i zrobiła. To osobiście ją przerastało i nie chciała na razie dzielić się tym z nikim innym.

Zuzia Turalaska Skylora

Eeee...wzięłam swój blaster i go postrzeliłam.-wymyśliła na szybko.

-Hmmm. Nawet ja nie dałbym rady go postrzelić pod wpływem takiego bólu...ale powiedzmy, że ci wierzę. Na buzi Skylory pojawił się szeroki uśmiech, ponieważ Alex się niczego nie domyślił i kończył bandażować.

-No, chyba już. Uważaj i oszczędzaj tę nogę. Miałaś małe zakażenie i musiałem ci ją zszyć. Nie będziesz mogła polować przez najbliższy miesiąc, więc mój dom twoim domem. Jedz ze mną śmiało obiady. Skylora zsunęła się z łóżka i pobiegła do drzwi prawie zapominając się pożegnać.

-Do zobaczenia jutro na obiedzie! I dzięki za wszystko.

-Pamiętaj. Jakby coś się działo, śmiało mów!

Dziewczyna szła powoli, aby oszczędzać nogę. Cieszyła się, że ich relacje się polepszyły, jednak leżała jej na sercu nieszczerłość. I to z jej strony. Przecież kiedyś i tak będzie musiała mu powiedzieć o tym co stało się w trakcie polowania...

Zapukała do lekko rozklekotanych drzwi.



**Redakcja "Czcionki" życzy wszystkim czytelnikom
Wesołych Świąt.**

*Zdrowia, szczęścia i radości
niech wam uśmiech w sercach gości
a zajączek piękny, biały
niech przyniesie koszyk cały
jajek złotych, kolorowych
i miłości cały worek.*

**Wesołych
Świąt!**

Życzenia

Redakcja