

Mobbing, jego przejawy i konsekwencje

W literaturze terror psychiczny nazywany jest mobbingiem. Pochodzenie tego słowa „to mob“ w języku angielskim wyraża napastowanie, zaczepianie, atakowanie drugiej osoby. Wcześniej określenie to użyte było przez Konrada Lorentz'a, etnografa, w celu opisanego zachowania pewnych grup zwierząt, kiedy stado małych zwierząt atakowało jedno duże zwierzę (Lorentz 1963). Obecnie pojęcie stosowane jest głównie dla określenia nieprzyjemnych stosunków panujących w pracy zawodowej. „To mob somebody“ w luźnym tłumaczeniu: systematyczne i celowe utrudnianie drugiej osobie możliwości wykonywania obowiązków zawodowych, prowadzący dotkniętą osobę do załamania się i odejścia z pracy, bądź też doprowadzenie do sytuacji, gdzie będzie można ją z pracy zwolnić. Proces ten dotyka w większości kobiety, aniżeli mężczyzn.

Od dawna istniało przekonanie, iż działanie mobbingowe będące następstwem konfliktu, wymierzone są przeciwko pojedynczej osobie. Raczeni byliśmy ogromem danych dotyczących mobbingu w szkołach lub miejscach, gdzie dotykało to w większości kobiety. Dzisiaj wiemy, że mogą takie negatywne działania dotyczyć większej liczby ludzi i może ono spotkać nas nie tylko w środowisku pracy, lecz w całym życiu społecznym. Natomiast w organizacji, np. przedsiębiorstwie, gdzie występuje zależność personalna, należy mieć na względzie fakt: że mobbing obejmuje zarówno działania pracodawcy czy przełożonych, jak też współpracowników lub podwładnych. Okazuje się bowiem, iż w niektórych sytuacjach ofiarami oddziaływania osób mobbingujących mogą być nawet przełożeni, co zdarza się niezmiernie rzadko w rzeczywistości organizacyjnej (np. banki, szpitale, korporacje), jako że główne źródło mobbingu leży tu po stronie osób zarządzających i bezpośrednich zwierzchników.

Dlatego za mobbing można uznać proces nękania pracownika najczęściej przez przełożonych lub współpracowników, który trwa nie krócej niż 6 miesięcy i bywa systematycznie powtarzany, co najmniej raz w tygodniu, godząc w osobowość człowieka i jego godność osobistą, naruszając przy tym jego integralność psychiczną, czy też fizyczną, bądź obie naraz. oprócz tego, zazwyczaj wywołuje on silne stany lękowe u swych ofiar, związane z utratą poczucia bezpieczeństwa zatrudnienia i rzutuje na dramatyczne pogorszenie się atmosfery w pracy (należy tu wykluczyć złym klimat w organizacji), jak również przyczynia się do spadku wydajności oraz radykalnego obniżenia wydolności i produktywności.

Jak wynika bowiem z badań przeprowadzonych w 2004r. na zlecenie ówczesnego Rzecznika Praw Obywatelskich, blisko 40 % osób ankietowanych stwierdziło, że było ofiarą mobbingu. Dla porównania, badania przeprowadzone przez CBOS w roku 2002 a więc przed wprowadzeniem

wspomnianej regulacji, wykazały, że 17% pracowników w Polsce uważa, że było ofiarami szykanowania w miejscu pracy przez przełożonych (procent szykanowanych przez współpracowników był mniejszy i wynosił jedynie 6 %). Różnica ta, przynajmniej, znaczna, oznacza jedynie, że przed zdefiniowaniem mobbingu w kodeksie pracy wielu pracowników po prostu nie zdawało sobie sprawy z faktu, że to z czym się stykają jest mobbingiem.

Można też przyjąć, że w wielu wypadkach ankietowani nie zwracali uwagi na czas trwania działań mobbingowych, kwalifikując sporadyczne szykany jako mobbing. Istotnym źródłem informacji o tym jak często dochodzi w naszym kraju do działań mobbingowych mogą być również dane pochodzące od Państwowej Inspekcji Pracy. W roku 2004 zarejestrowała ona prawie 400 skarg, w których podnoszono zarzut mobbingu. Co prawda, ponad połowa z nich została uznana później za bezzasadne, ale w ponad 70 przypadkach zarzut mobbingu został potwierdzony. W następnym, 2005 roku zgłoszono skarg znacznie więcej, łącznie około 750, natomiast w roku 2006 nieco mniej bo 693. Są to niewątpliwie dane bardzo nie pełne, można jednak nawet już na ich podstawie wyrobić sobie opinię o skali zjawiska w Polsce. Pozwala też stwierdzić, że niestety plasujemy się pod tym względem na odległym miejscu wśród krajów Unii Europejskiej i wyprzedzamy pod tym względem nawet Finlandię w której jedynie 15% pracowników jest narażonych na zastraszanie i mobbing w miejscu pracy. Zastanawiające, że najlepiej pod tym względem sytuacja przedstawia się we Włoszech i Portugalii w których to krajach z różnymi przejawami mobbingu styka się jedynie 4% (Z wywiadu z dr Romualdem Roamańskim, Competitive Skills 2009).

Dość często w prasie i mediach podaje się przykłady wykorzystywania uprzywilejowanej pozycji służbowej w pracy w stosunku do podwładnego- pierwsza publikacja na ten temat ukazała się w 1976 roku i nosiła tytuł „Nękanie pracownik” (Brodsky, 1976) .

Pojęcie mobbingu znane jest już od lat, doczekało się w niektórych krajach uregulowań prawnych i solidnych badań. W latach 60-tych zaobserwowano u małych dzieci potrzebę, aby dokuczyć innym, pokazać swoją wyższość, przez co czuły się lepiej. Takie zachowanie nie zawsze jest świadome i może się zdarzać dość często, jeśli nie uzmysłowi się go osobie dręczącej. Nie każdy też, po zwróceniu uwagi przestaje tak postępować. W latach osiemdziesiątych profesor Heinz Leyman (badacz zajmujący się mobbingiem) zaobserwował podobne wrogie zachowania wśród pracowników w miejscu ich pracy (Leymann 1996).

Takie przejawy zachowań mogą mieć różne formy, w szkole będzie to przemoc fizyczna: zabieranie rzeczy, przezywanie itd. Sprawca, jeśli wyczuje, że jego postępowanie powoduje cierpienie krzywdzonej osoby, jego działanie się nasila, na zasadzie sprzężenia zwrotnego. Co więcej, jeśli temu postępowaniu przygląda się grupa osób i nikt nie reaguje, to wiele osób zaczyna się angażować w robienie czegoś podobnego.

Własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikacje

Grupa osób nastawia się przeciwko ofierze, nie zawsze w sposób uzgodniony i podejmuje działania, aby ona cierpiała. Cechami charakterystycznymi będzie to, że dokuczanie ma charakter ciągły (statystycznie nie uznaje się za mobbing dokuczania trwającego rzadziej niż raz na tydzień) i trwa przez dłuższy czas (statystycznie nie liczy się poniżej pół roku). Zarówno ofiara, jak i sprawca(y) nie są w równej sytuacji. Skutkiem mobbingu jest taki stan, iż psychika ofiary zostaje rozstrojona, następuje pogorszenie możliwości realizacji zadań, aż do tego stopnia, że są one niewykonywane. Badania profesora Leymanna nie potwierdziły, że ofiary mobbingu w jakiś sposób różnią się cechami osobowości od innych ludzi. Im bardziej spójna grupa, tym mniej konfliktów występuje wewnątrz niej. Tak długo, jak w grupie występuje stan równowagi, wystąpienie konfliktu jest mało prawdopodobne. Jasno sformułowane role w grupie, redukują możliwość wystąpienia konfliktu.

Jeżeli chodzi o zaburzenia psychiczne jakie mobbing powoduje w sferze psychicznej, to określa się je mianem PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) i GAD (General Anxiety Disorder). PTSD występuje oficjalnie w kryteriach rozpoznawania zaburzeń psychicznych. Objawami są kłopoty z porozumiewaniem się z innymi, łatwe wpadanie w złość lub strach, niekiedy może to być ukrywane przez pokrzywdzonego (Kinchin, 2001). Do tego dochodzi niska samoocena i narastające przekonanie niezrozumienia ofiary przez innych, nawet przez ludzi zawodowo do tego przygotowanych: psychologów, psychiatrów. Specjaliści traktują opowieści ofiary o tym, co ją spotkało, za urojenia osoby psychicznie chorej i diagnozują zaburzenia psychiczne jako powstałe samoistnie. Jeśli dla pełniejszej diagnozy zasięgnięciem się opinii środowiskowej ofiary, to ta opinia potwierdza założoną tezę. Osoba psychicznie chora uważa swoje urojenia za rzeczywistość, jest przekonana, że jest zdrowa. Ofiara mobbingu ma wrażenie, że coś złego się dzieje z jej psychiką i potrafi krytycznie to ocenić. Różny jest też dalszy przebieg zaburzeń ofiary mobbingu, jeśli jest odizolowany od tych, którzy go dręczyli, powoli wraca do zdrowia, zaś chory psychicznie bez odpowiedniej terapii staje się coraz bardziej chory.

Określenie bullying odnosi się do mobbingu w wykonaniu młodzieży, dochodzi tutaj jeszcze element znęcania fizycznego, czyli aktów fizycznej agresji.

W wielu krajach zmienia się prawo, aby mobbing oficjalnie uznać za przestępstwo i traktować z całą surowością. W 2002 roku Komisja Europejska rozpoczęła prace nad projektem prawa europejskiego regulującego kwestię zachowań mobbingowych w firmach i przedsiębiorstwach unijnych. Powoduje on duże szkody, pogarsza stan zdrowia u wielu ludzi, pracodawca i państwo musi płacić za leczenie, powoduje coraz częstsze zwolnienia lekarskie i zmniejsza wydajność pracy, przez co traci pracodawca.

Oczywiście pracodawcy próbują sobie z tym radzić w miejscu pracy. Na przykład na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym w 2008 roku (23XI) decyzją rektora wprowadzono własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikacje

procedury przeciwdziałania mobbingowi i wykorzystywaniu seksualnemu. Powołano w tym celu tzw. męża zaufania i komisję antymobbingową. Samo prawo w postaci najnowszego Kodeksu Pracy (KP 2010) w artykule 943 stwierdza: KP stawia przed pracodawcą między innymi takie priorytety jak:

§ 1. Pracodawca jest obowiązany przeciwdziałać mobbingowi.

§ 2. Mobbing oznacza działania lub zachowania dotyczące pracownika lub skierowane przeciwko pracownikowi, polegające na uporczywym i długotrwałym nękaniu lub zastraszaniu pracownika, wywołujące u niego zaniżoną ocenę przydatności zawodowej, powodujące lub mające na celu poniżenie lub ośmieszenie pracownika, izolowanie go lub wyeliminowanie z zespołu współpracowników.

Leyman wyróżnił 45 działań mobbingowych i podzielił je na 5 grup, które odpowiadają kolejnym stopniom przemocy psychicznej:

- w pierwszej grupie znalazły się działania zakłócające proces komunikacji. Na tym etapie prześladowca uniemożliwia ofierze wyrażanie własnego zdania, przerywa jej wypowiedzi, nie dopuszcza do głosu, krytykuje jej pracę i życie osobiste, posuwa się do gróźb werbalnych, stosuje groźby pisemne, wykorzystuje do tego celu telefon i pocztę elektroniczną. Osoba prześladowana nie czuje się bezpiecznie ani w pracy, ani w domu,

- do drugiej grupy działań należą ataki na relacje społeczne. Na tym etapie prześladowca ignoruje ofiarę, uniemożliwia jej komunikowanie się z innymi pracownikami. Prowadzi działania zmierzające do wyeliminowania osoby prześladowanej z zespołu,

- trzecia grupa obejmuje działania mająca na celu osłabienie reputacji pracownika. Na tym stopniu mobbingu prześladowca rozpущa w miejscu pracy plotki, wyśmiewa płeć, wiek, niepełnosprawność, rasę, narodowość, przekonania polityczne, religijne, orientację seksualną ofiary. Niekiedy kwestionuje kompetencje pracownika lub wyznacza do wykonania prace obniżające jego samoocenę. Dobre imię osoby nękaney psychicznie niszczą wszelkiego rodzaju propozycje o podtekście seksualnym, wypowiedzi sugerujące jego chorobę psychiczną i obelgi,

- w czwartej grupie w zaawansowanym stadium mobbingu przeważają działania podważające pozycję zawodową pracownika. Osoba prześladowana jest kierowana do wykonywania prac bezużytecznych lub poniżej swoich kwalifikacji. Czasami mobber nie zleca jej żadnych zadań, dając do zrozumienia, że jest w firmie niepotrzebna. Często formą znęcania psychicznego jest zmuszanie do wyczerpującej pracy bez odpowiedniego wynagrodzenia. Wymienione działania zmierzają do pogorszenia sytuacji życiowej i zawodowej pracownika.

- w piątej grupie występują najbardziej drastyczne formy mobbingu. Wiążą się z bezpośrednimi atakami na bezpieczeństwo i zdrowie pracownika. Prześladowca kieruje ofiarę do prac zagrażających jej zdrowiu, grozi użyciem siły fizycznej, stosuje przemoc, a nawet dopuszcza się popełniania przestępstw na tle seksualnym. Nadużycia fizyczne i molestowanie seksualne, w powiązaniu z innymi formami dręczenia, mogą w skrajnych przypadkach doprowadzić do targnięcia się przez mobbowanego na własne życie.

Z czasem może doprowadzić do tego, że ofiara nie jest zdolna do samodzielnego życia i trzeba ją utrzymywać na koszt państwa. Zaś u osób, które doprowadziły do tego stanu powstaje nawyk, aby robić to z następnymi osobami, które są potencjalnymi ofiarami, co w dalszym ciągu powodować będzie złą atmosferę w pracy. Szacuje się, że w 2000 roku niemiecka gospodarka straciła w wyniku mobbingu około 30 miliardów marek (jeszcze w starej walucie, można to oszacować na 15 miliardów euro).

W Polsce w chwili obecnej oprócz Kodeksu Pracy nie istnieje żaden przepis, który regulowałby ten problem. Są tylko ogólne zapisy w Konstytucji, mówiące o godności człowieka. A wszelkim przejawom niestosownych zachowań sprzyja niezrównoważony rynek pracy, duże bezrobocie, a także ustawodawstwo nadmiernie chroniące trwałość zatrudnienia, gdyż w sytuacji, kiedy pracodawca nie może zwolnić pracownika z przyczyn formalnych, ucieka się do stosowania wobec niego presji psychicznej, aby sam zwolnił się z pracy. Generalnie na co może liczyć poszkodowany w wyniku działań lobbingowych? Kodeks Pracy (art. 943) następująco reguluje uprawnienia pracownika w przypadku, kiedy stał się on ofiarą mobbingu:

- § 3. *Pracownik, u którego mobbing wywołał rozstrój zdrowia, może dochodzić od pracodawcy odpowiedniej sumy tytułem zadośćuczynienia pieniężnego za doznaną krzywdę.*

- § 4. *Pracownik, który wskutek mobbingu rozwiązał umowę o pracę, ma prawo dochodzić od pracodawcy odszkodowania w wysokości nie niższej niż minimalne wynagrodzenie za pracę, ustalone na podstawie odrębnych przepisów.*

- § 5. *Oświadczenie pracownika o rozwiązaniu umowy o pracę powinno nastąpić na piśmie z podaniem przyczyny, o której mowa w § 2, uzasadniającej rozwiązanie umowy.*

Ale można również mówić o tym, że mobbing niekiedy wynika z nieumiejętności kierowania pracownikami, zespołem ludzi. Zdaniem wielu pracodawców szantaż jest dobrą metodą mobilizowania do pracy, zwłaszcza, kiedy każdy boi się jej utraty. Komuś w wieku pięćdziesięciu lat trudno rozpoczynać nową drogą zawodową. Bywa, że pracodawcy nie posiadają wiedzy potrzebnej do bycia szefem grupy osób.

W Polsce są już stowarzyszenia antymobbingowe, choć jeszcze nie ma prawnych przepisów, na podstawie których mogłyby zakładać sprawy karne w sądzie (Krajowe Stowarzyszenie Antymobbingowe, Wrocław, ul. Ołbińska 18/5, tel. 606 37 19 19). Do działań KSA należy między innymi:

- ujawnianie zjawiska mobbingu w Polsce, ze szczególnym uwzględnieniem kobiet i nagłaśnianiem problemu
- organizowanie spotkań indywidualnych i grupowych, porady prawne i psychologiczne
- prowadzenie działalności oświatowej
- interwencje u pracodawcy

Mobbing w szkole

Istnieją związki pomiędzy mobbingiem w wieku szkolnym, a przestępczością u dorosłych. Osoba mobbingowana w przeszłości częściej staje się przestępcą, aniżeli przeciętny człowiek.

Nauczyciele są najbardziej narażoną grupą zawodową w Polsce na przejawy mobbingu. Na przemoc psychiczną częściej skarżą się kobiety aniżeli mężczyźni, częściej osoby młode, aniżeli pracownicy z doświadczeniem i odpowiednim stażem w firmie. Brak ustawy antymobbingowej powoduje, że wiele osób boi się cokolwiek zrobić z tym, co się dzieje w pracy. Dlatego tak ważna jest edukacja na ten temat. W postępowaniu mobbingowym bardzo istotne jest, jak udokumentujemy wszelkie akty mobbingu. Dużą wagę będą mieć tutaj opisane zdarzenia.

Jak to robić?

Pisanie np. skargi do prasy nie ma zadanego znaczenia. Pomocne może być kalendarium, przykładowo, kiedy się to wydarzyło, ile razy, w czyjej obecności miało miejsce. Podane daty powodują, że dany materiał staje się bardziej „wiarygodny”. Kolejną ważną sprawą jest opinia lekarza specjalisty: psychologa lub psychiatry o stanie psychicznym pokrzywdzonego.

Przemoc w polskich szkołach jest zjawiskiem powszechnie znanym, jednakże z wielu powodów przez wiele lat nie poddawane wnikliwszej analizie. Przede wszystkim dlatego, że nauczyciele nie są zainteresowani nagłaśnianiem niepokojących zjawisk, zaistniałych w ich placówkach. Wiąże się to bowiem z obniżeniem rangi szkoły, która mogłaby być określana jako niebezpieczna. Z drugiej zaś strony, szeroko rozumiane środki masowego przekazu informują opinię publiczną o bulwersujących wydarzeniach, takich jak: pobicia dzieci, nauczycieli, wymuszanie haraczy przez starszych uczniów, porachunki między antagonistycznymi grupami na terenie szkoły itp.

Do tego dochodzić mogą: wyśmiewanie, zaczepianie, wciąganie do bójek, samotnie spędzanie przerw, nie są wybierani do gier zespołowych, boją się lub wręcz nie lubią uczęszczać do szkoły. Dodatkowo wystąpić może niespokojny sen, płacz, drobne kradzieże pieniędzy od rodziców. W dobie niżu demograficznego, kiedy każda placówka walczy o klienta szkoły jakim jest uczeń, nie zależy im na tym, aby „zła opinia” rozprzestrzeniła się wśród rodziców i samych uczniów. Szkoły podejmują bardziej lub mniej udane przedsięwzięcia, aby tylko zapewnić sobie i uczniom złudzenie spokoju i panowania nad sytuacją. Zatrudnia się ochroniarzy, za których płacą rodzice, montuje się kamery przemysłowe, zapewnia się zajęcia dodatkowe, w szkolne programy wychowawcze wpisuje się treści nagradzające pozytywne zachowania a ganiące złe, oddziela się klasy uczniów młodszych od starszych, w różnych porach wypuszcza młodzież ze szkoły, zaprasza na pogadanki policję, psychologów, pedagogów. Te efekty byłyby dobre w małych szkołach, kiedy uczeń nie jest anonimowy, natomiast po reformie, kiedy stłoczono w jednym miejscu wiele dzieci, klasy są liczne, prawa ucznia muszą być szanowane i respektowane przez grono pedagogiczne, wśród uczniów rodzi to frustrację i agresję.

Szkoły sąsiadują z gimnazjami, są zespoły szkół, gdzie obok dzieci z podstawówki uczęszczają gimnazjaliści. Nierówny podział społeczny, rozdział na biednych i bogatych, kiedy każdy chce być akceptowany i znaleźć swoje miejsce w społeczności, jaką jest klasa szkolna. Dzieci nie zawsze mogą zaspokoić swoje potrzeby i pragnienia. Brakuje pozytywnych wzorców, starsza osoba nie jest autorytetem. Nie można zatem mówić o jednorodnym, obowiązującym modelu stosunków jednostki do otaczającego świata, o jednolitym, przez wszystkich ludzi stosowanym systemie normatywnym. W zmieniającej się rzeczywistości cały szereg wartości nabiera całkiem innego, czasami nieczytelnego znaczenia. W takim kontekście w istotny sposób zachwiana została rola dorosłych jako autorytetów w socjalizacji młodzieży.

Uważam, że warto zastanowić się nad tym, że nie zawsze kara dla ucznia może być odbierana jako kara, może być wręcz nagrodą. Wyrzucenie z lekcji, zaprowadzenie do gabinetu pedagoga lub psychologa, zakaz wyjazdu do opery- dla ucznia nie lubiącego przebywać w klasie będzie pozytywnym wzmocnieniem.

Rówieśniczy terror zaczyna się na ogół niewinnie, już w pierwszej klasie podstawówki. Siedmiolatki instynktownie wiedzą, kto nadaje się na ofiarę. Piętnują kapusia, kujona, jąkałę, głupka, gorzej ubranego lub zachowującego się, tchórza. Nikt z nim nie siedzi, nie bawi się na przerwach. Rozpoczyna się proces stygmatyzacji. Najpierw dziecko jest naznaczone przez rówieśników jako "inne", a potem samo zaczyna tak o sobie myśleć. Mobbingowi nierzadko poddawane są dzieci słabsze psychicznie, nie potrafiące zastosować przemocy wobec innych. Często otaczane w rodzinnych domach nadopiekuńczością. Pierwszym powodem skłaniającym grupę do agresji bywa czyjś brak

reakcji na zaczepki albo nieumiejętność obrony. Mobbing jest bezinteresowny. Sprawcy nic nie zyskują, a ofiara nie wie, dlaczego jest prześladowana.

Mobbing, czyli długotrwałe nękanie, izolowanie i psychiczne wykańczanie dziecka przez rówieśników, przebiega zwykle przy braku reakcji nauczyciela. Łatwiej zauważyć, że ktoś jest pobity, dużo trudniej - że jest szykanowany przez klasę, atakowany złośliwymi docinkami czy plotkami. Nauczyciel musi wiedzieć, jak rozmawiać z uczniami. Ani ofiara, ani neutralny świadek nie alarmują go o sprawie, bo uczniowie boją się sprawców i nie wierzą w skuteczność dorosłych.

Bardzo ważną rolę, jak okazują się, w życiu i wychowaniu młodego człowieka pełni środowisko szkolne, w którym dziecko spędza większość swojego czasu. To, jak wyglądają relacje między rówieśnikami i nauczycielami, ma decydujący wpływ na kształtowanie się jego cech psychicznych, m.in. poczucie własnej wartości, otwartość, zaradność w trudnych momentach.

Zjawisko „etykietowania” wpływa także na poziom oczekiwań nauczycieli. Przypisana uczniowi „etykieta” modyfikująca nauczycielskie oczekiwania wobec ucznia może dramatycznie wpływać na poziom jego osiągnięć i samooceny. Oszacowania tego efektu wahają się, ale można przyjąć, że przeciętnie prowadzi to do obniżenia stopni o około 15%. Oczywiście w poszczególnych przypadkach może wynosić o wiele więcej (Rimm 1994).

Uczniowie są stygmatyzowani przez nauczycieli w gimnazjach, jeżeli chodzi o pochodzenie, np. pochodzenie wiejskie. Z przeprowadzonych przeze mnie wywiadów indywidualnych z uczniami wybierającymi szkoły o niskim prestiżu, wyłania się obraz takich docinków. Od bardzo subtelnych, po zdecydowanie negatywne komunikaty.

Uczniowie dowiadują się, że: „nie dla psa kiełbasa; tak jak świnia widziała niebo- tak ty zobaczysz liceum; jak tak dalej będziesz się uczył, to tylko byki pasać, choć to dla ciebie i tak za intelektualne zadanie; kaktus mi na ręce wyrośnie, jak dostaniesz się na studia; jak cię wezmą do wojska- to zostań tam, bo do niczego innego się nie nadajesz, a tam potrzebują „niekumatych”; jaki ojciec- taki syn i tak skończysz bez pracy; jesteś cienki jak szczypiorek na wiosnę i tak zostaniesz na drugi rok; choćbym na głowie stanął i trzepał rzęsami nic to nie zmieni i nic się nie nauczysz; ty się chcesz dalej uczyć, nie, koguty będziesz skubać, mężowi obiady gotować; życie to nie serial telewizyjny, a ty nie aktorka, aby grać trzeba się uczyć, więc nawet na statystkę się nie nadajesz (Zajdel 2009).

Role społeczne są wyznacznikiem rodziny i socjalizacji. Socjalizacja odbywa się zarówno w szkole, jak i najbliższym środowisku dziecka. W pewnych stereotypach zakładających przypisanie określonych ról społecznych danej grupie kulturowej, społeczności lokalnej, kręgom o poziomie socjalno- intelektualnym można zarzucić nieprawdziwość sądów. Spowodowane to może być

Własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikację

zmiennymi zakłócającymi, które burzą zakładany schemat. Autorytaryzm u obecnej młodzieży to postawa stawiania się w roli jedynej nieomyłnej, z którego poglądami nie wolno i nie należy dyskutować. Ta postawa jakże często nie ma poparcia w żadnej z teorii, a wówczas trudno użyć jakichkolwiek kontrargumentów, chyba że takich, jakich używa autorytatywny dyskutant. Dotarcie do wzorców osobowościowych i zastąpienie jednych poglądów innymi, w poczuciu społecznym właściwymi, może trwać bardzo długo. Trudno być autorytetem w środowisku młodzieży, zwłaszcza będąc nauczycielem, rodzicem, kiedy determinantami stają inne cele, tak ważne dla dorosłych, a pozwalające przetrwać klasie jako grupie społecznej, czy rodzinie. Te cele mogą być całkowicie niezrozumiałe przez młodzież, mogą być też odrzucane i krytykowane, rodzić bunt i opór.

Zachowania agresywne są znane ludziom od wieków. Najczęściej ich przyczyna tkwiła w tłumieniu emocji, które znalazłszy swój upust, mogły bez przeszkód zostać odreagowane. Problem agresji w szkole wraca co jakiś czas, najczęściej w mediach, które lubią pokazywać zachowania ekstremalne nie komentując tego należycie. Jaka jest geneza takich zachowań w szkole i poza nią, że wielu nazywa to wręcz: zdziżeniem obyczajów. Można by dokonać takiego podziału, który zgodny jest z wynikami badań przeprowadzonych na młodzieży w szkołach. Najczęstszym podłożem zachowań agresywnych jest sama rodzina, a także szkoła jako instytucja. Dziecko mające rodziców epatujących nadmiernymi wymaganiami wobec niego, stosujący karę jako główny aspekt wychowawczy, lub też stosujący karę niewspółmierną do przewinienia- mogą liczyć się z tym, iż ich latorośl w przyszłości zechce „odreagować” na słabszym to, czego samo doznało w rodzinie. Bywa też i tak, iż dziecko nie wie, jak zareagują rodzice na dany występki. Cały czas przeżywa niepewność, obawy. Te ukryte lęki rodzą frustrację, a w konsekwencji zachowania nieakceptowane społecznie.

W skuteczność kary cielesnej wierzy 59% rodziców, 74% księży i 56% katechetów świeckich. Młodzież szacuje skuteczność bicia na 4%, a nieskuteczność na 70%, jednocześnie 68% młodzieży zakłada, że w przyszłości sama będzie bić dzieci. Akceptacja dla rodzicielskiego bicia jest tak duża, że dorośli uważają za słuszne niewtrącanie się do sytuacji, gdy dziecko sąsiada jest bite, a nawet maltretowane. Rekord w strategii niewtrącania się osiągnęła grupa księży - 94% a 88% to katecheci świeccy (Kuryś 1999).

Psycholodzy wysuwają ciekawe spostrzeżenie, dotyczące sprawców tych postępów. Twierdzą mianowicie, iż w indywidualnych rozmowach czy terapii osoby takie ujawniają zawarte w nich niezmiernie pokłady dobroci. Potrafią słuchać, rozróżniać dobro od zła, i niekoniecznie pochodzą z rodzin, w których występowały przejawy agresji czy patologii. Jak więc jest możliwe, że dziecko z dobrej rodziny, chowane bez przemocy i stresu, nigdy nie uderzone przez rodziców, nagle zaczyna przejawiać agresywne zachowanie? Uważa się, że jest to potrzeba przeżycia niezwykłego doznania, a nawet wejścia w stan pewnej euforii. Sama chęć bycia w tym stanie jest dostatecznym bodźcem

wyzwalającym reakcję. Zachodzi sprzężenie zwrotne, taka wyrafinowana przyjemność, która staje się przymusem. Już po fakcie jego zachowanie można przyrównać do przysłowiowego powiedzenia „do rany go przyłóż”. Rozumie, że postąpił źle, obiecuje poprawę, przeprasza poszkodowanych, a za jakiś czas sytuacja znowu się powtarza.

Inną grupę zachowań agresywnych przejawiają dzieci pochodzące z rodzin, w których okazywanie swoich uczuć czy słabości jest, ogólnie mówiąc, wysoce niestosowne. Każde z rodziców jest nastawione tylko i wyłącznie na swoje potrzeby i ich zaspokajanie. Dziecko ma sobie radzić w życiu, być twarde, dobrze wypaść przed znajomymi: powiedzieć wierszyk, pochwalić się stopniami. Potrzeba bycia akceptowanym i kochanym może spowodować u dziecka zachowania agresywne, które będą się spotykać z retorsją ze strony rodziców i w efekcie spotęgują jego agresję i opór w celu zwrócenia na siebie uwagi. Podobnie będzie wyglądała sytuacja w rodzinach patologicznych. Można założyć, że odpowiednia wiedza pedagogiczna rodziców lub opiekunów i ich dobra wola mogłaby przełamać te schematy wychowawcze z pożytkiem dla dziecka.

W szkole dziecko wiąże się lub identyfikuje z różnymi grupami społecznymi, w których pełni określone role. Jeden dobrze radzi sobie ze sportem, co jest akceptowane i daje mu pewną pozycję. Inny gra rolę klasowego śmieszka, co również jest afirmowane przez grupę. Osoba, która nie spełnia wymagań grupy, jest nieakceptowana i odtrącana. Wskutek takich doświadczeń niestabilny jeszcze kościec zachowań społecznych zaczyna się chwiać, następuje stres i frustracja. Jeśli w tym okresie zachowanie agresywne przyniesie choćby minimalny pożądaný skutek, to wówczas ten model zachowania może ulec utrwaleniu. Gdy natomiast przejawem stresu lub niepowodzenia nie jest agresja, to w dużym uproszczeniu można założyć, iż jest ona tłumiona i przybiera postać agresywnych marzeń (śmierć wroga, nauczyciela, dobrze gdyby ten Wojtek wpadł pod samochód itp.). W nielicznych przypadkach niepowodzeń długo tłumiona agresja może być skierowana na siebie (Zajdel 1999).

Mobbing a psychika.

Doświadczenie krzywdy to fakt psychologiczny, a poczucie krzywdy to subiektywny stan świadomości na ten temat. Czasami ludzie, którzy mieli bardzo mocne i głębokie, rujnujące psychikę doświadczenia krzywdy osobistej, całymi latami żyją bez poczucia krzywdy, broniąc się bardzo skutecznie przed uświadomieniem sobie tego, wypierają to zdarzenie z pamięci. Dopiero w jakimś ważnym momencie w życiu udaje im się dotrzeć do śladu krzywdy. Na przykład po wielu, nawet dziesiątkach lata w ich oczach pojawiają się łzy, wzruszenie, rozżalenie i do doświadczenia osobistej krzywdy dołączy także subiektywna świadomość tego w postaci poczucia krzywdy. Z drugiej strony można spotkać ludzi, pokazujących całemu światu swoje poczucie krzywdy, mimo że tak naprawdę specjalnie mocno ani głęboko nie zostali zranieni.

Własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikację

Doświadczenie krzywdy to procesy zachodzące w ludzkich uczuciach, wyobrażeniach, myślach, w wyniku przeżywania sytuacji krzywdzącej. Zapis tego doświadczenia utrwała się i utrzymuje w psychice czasem przez długie lata. Zdarza się, że dwie różne osoby miały bardzo podobne doświadczenia krzywdy osobistej, a jej ślady bardzo się różnią. Może być tak, że człowiek doświadczył krzywdy osobistej w określonych sytuacjach od określonej osoby. Ale minął czas i od tej samej osoby uzyskał inne doświadczenia: przeproszenie, wyrazy skruchy, sympatii itp. Oczywiście, ślad poprzedniego doświadczenia pozostanie, ale na niego nałożą się ślady innych doświadczeń, związanych z tą samą osobą, co może z czasem zminimalizować nawet bardzo raniące doświadczenie. W przypadku drugiego człowieka nie tylko, że nie było pozytywnych doświadczeń, ale powtórzyły się krzywdzące doświadczenia, a na dodatek owa osoba czuła się niezrozumiana, osamotniona. Oczywiście jest, że podobny rodzaj doświadczeń mógł zapisać się w diametralnie różny sposób (Mellibruda 1999).

Doznana przemoc w szkole czyni wiele zła w psychice dziecka. Powoduje, że staje się ono bardziej podatne na ból i cierpienie. Jest to taki niewidoczny bagaż, który niesie się przez całe życie. Stowarzyszenia antymobbingowe, centra pomocy, nagłaśnianie przypadków- walczą ze skutkami, a nie z przyczyną takich zachowań. Polska szkoła, wzorce rodzinne, pogoń za pracą i brak oparcia w rodzinie wielopokoleniowej będą nasilać te zjawiska, tak nieakceptowane społecznie. Potrzebne jest jasne określenie tego: co jest dobre, a co złe. Walka już od podstaw: czyli od przedszkola i klas początkowych szkoły podstawowej. W przeciwnym razie rosnąć będzie liczba osób potrzebujących fachowej pomocy, cierpiących w milczeniu, którym trzeba będzie pomagać finansowo, płacić za niedyspozycję w pracy, wcześniejsze renty i emerytury. Jest to wyzwanie dla nas wszystkich.

Znęcanie się nad innymi w szkołach jest rozpowszechnionym bolączką, na który to problem zwraca się większą uwagę w ostatnich latach, nie tylko w Polsce. Według dostępnych danych, około połowa ze wszystkich studentów w Stanach Zjednoczonych potwierdza, że przeżyła doświadczenie tyranizowania w okresie całego cyklu nauki, a 10 procent doświadczyła tego znęcania w sposób regularny i ciągły (Lyznicki, McCaffree, Robinowitz, 2004). Tyranizowanie następuje wielokrotnie i utrzymuje się przez dłuższy czas. Znęcanie może przybierać formę fizyczną, słowną (np. uporczywe przeżywanie, groźby) albo tak zwany: relational (plotki, pogłoski, powodujące izolację ofiary). Znęcanie zwykle następuje w szkole (albo kiedy dziecko jest w drodze do i ze szkoły) i wówczas ma to charakter różnych zachowań nagannych między rówieśnikami podróżującymi w tym samym środku transportu. Mobbing występuje częściej między chłopcami, chłopcy skłaniają się do tego, by używać fizycznego i słownego tyranizowania, zaś dziewczyny stosują częściej relational, które jest subtelniejszy i trudniejszy dla zaobserwowania go bezpośrednio, niemniej wyrządza wiele zła w relacjach społecznych w klasie.

Ponieważ świadomość problemu nasila się, wielu pedagogów interesuje się potencjalnymi długotrwałymi skutkami tyranizowania ofiar, wpływem na ich psychikę, jak i istniejącym izolowaniem wybranych osób. Tyranizowanie różni się od odizolowania, przypomina w swoich objawach u dotkniętych ofiar takie same symptomy, jak u dzieci- ofiar przemocy domowej.

Te cechy znęcania wpłynęły na wielu badaczy, by teoretyzować o potencjalnych skutkach znęcania się i wywołania tak zwanego syndromu ofiary Post Traumatic Stress Disorder (PTSD). Doprowadziło to do analizowania i badania pewnego przedziału życia wybranych osób, w odniesieniu do ich dzieciństwa (retrospekcje) i miejsca pracy, gdzie mogło nastąpić tyranizowanie. Ten model teoretyczny zakładał, że ofiara może pozostać w życiu dorosłym w stanie zakłopotania, bezradności i niepokoju charakterystycznego dla PTSD (Mikkelsen, Einarsen, 2002), na co miały wpływ poprzednie doświadczenia.

Duże znaczenie w badaniu relacji mogących powodować mobbing ma metoda fokus. W jednych z wczesnych badań: Leymann i Gustafsson opisali, że 92% ofiar brutalnych zachowań w miejscu pracy ma podobne symptomy PTSD jakie towarzyszą np. gwałtom czy doświadczeniom więziennym (Leymann, Gustafsson, 1996). Odkryli, że PTSD był surowszy w sytuacjach, gdy mobbing działał i miał wpływ na ofiarę przez dłuższy okres czasu. Dodatkowo ofiary znęcania się w miejscu pracy cierpią na „uraz środowiskowy”, dzięki któremu doświadczają pogwałcenia praw od instytucji w której pracują. Leymann i Gustafsson konkludują, że skutki tyranizowania są widoczne nie tylko w surowym psychologicznym urazie, lecz również w środowisku pracy ofiar, gdzie te sytuacje nie są jednorazowe, one zazwyczaj trwają i trwają. Każdy dzień pracy to koszmar i mierzenie się z tym, co mnie czeka. Tehrani co prawda określił niższy procent symptomów PTSD w miejscu pracy ofiar, ale potwierdzał, że 44% doświadczonych mobbingiem ma symptomy PTSD podobne do bitych i wykorzystywanych w dzieciństwie kobiet (Tehrani, 2004).

Matthiesen i Einarsen zbadali relację między surowością (faktyczną i spostrzeżoną) znęcania się i poziomem przeżyć traumatycznych, których ofiary doświadczyły. Wyszuli hipotezę, że ofiary tyranizowania mogą mieć szybszy rozwój PTSD, jeżeli wcześniej dotknął ich mobbing, mogą być wrażliwymi celami dla znęcających się (Matthiesen, Einarsen, 2004). Badania Matthiesen i Einarsen potwierdziły silny związek między wymiarem osobowości i aktywności, jak również symptomów PTSD u ofiar tyranizowania. Konkludują, że występuje silny komponent osobowości w rozwoju PTSD w miejscu pracy.

Weaver (Weaver, 2000) w 2000 roku przedstawił przypadek dziewczyny, która doświadczyła powtórnego znęcania się w szkole wyższej i miała kilka symptomów PTSD, między innymi: niepokój, objawy fizjologiczne, unikanie pewnych miejsc i sytuacji: gdzie kiedyś w przeszłości była już

mobbingowana- choć w obecnym miejscu nauki jeszcze w tych miejscach jej to nie spotkało. Badania przeprowadzone pod kątem mobbingu i stresu pourazowego PTSD na uczniach szkoły średniej w Wielkiej Brytanii potwierdziły, że 37% ofiar miało już wcześniej w innej szkole objawy PTSD (Mynard, Joseph, Alexander, 2000). W retrospektywnym badaniu gejów, lesbijek i osób biseksualnych, Weaver stwierdził, że 17% z nich doświadczyło mobbingu i miało symptomy pourazowe, wiązało się to z wcześniejszym znęcaniem w szkolne. W przybliżeniu 25% z nich nawet po ukończeniu szkoły miało symptomy PTSD.

Ogólnie, kliniczne badanie potwierdzają, że objawy wegetatywne mają swoje miejsce gdzieś w dzieciństwie w relacjach szkolnych już na wczesnym szczeblu nauki. Dla dorosłych, mobbing ma postać groźnego urazu, ale dla dzieci tym dotkniętych wpływa na poziom ich rozwoju, zarówno społeczny jak i kulturowy. Rodzice stanowią ochronny parasol dla dzieci przed symptomami PTSD, jeżeli go zauważają i zależy im na ochronie swoich dzieci. Taki sam wpływ ochronny mogą mieć nauczyciele. Ale tych parasoli ochronnych wcale nie ma, mimo zmiany podejścia w szkołach, w tym również do spraw wychowania. Szkoły teraz są instytucjami mającymi wielu uczniów w przeludnionych klasach, ze słabym nadzorem pedagogów np. w czasie przerw, w miejscach gdzie wychowawca ma opory przed wejściem (np. toaleta) lub wejść mu tam nie wolno (jest zakaz, aby nie być posądzonym o pedofilię, tym bardziej tam nie ma mowy o nadzorze elektronicznym). Setka uczniów na jednym korytarzu i np. dwóch nauczycieli dyżurujących- czasami ten nadzór jest złudny, a co z terenem naokoło szkoły, klasami, drogą do i ze szkoły? Zwracanie się z problemami do opiekuna stażu, dyrektora- może być potraktowane jako nieumiejętność radzenia sobie z grypą.

W klasach starszych: w gimnazjach i liceach, a zwłaszcza w szkołach zawodowych i bursach lub internatach- tam dość często dochodzi do mobbingu. Niekiedy jest on bardzo subtelny i nie wymaga przemocy fizycznej lub werbalnej. Wystarczy przeróbka zdjęcia kolegi lub koleżanki z klasy w photoshopie i zamieszczenie go na jakimś serwisie społecznościowym typu facebook lub nasza klasa. Mamy już drwiny lub ignorowanie osoby, milczenie na jej widok lub parskanie śmiechem. Każdy wezwany wówczas rodzic do szkoły powie: co to, mojemu dziecku już śmiać się nie wolno? A zrobienie zdjęcia komórką i umieszczenie na You Tube. Ile tragedii w związku z tym wynikło, choć ofiara nie była nawet dotknięta przez żadnego ucznia z klasy.

Podstawowym aktem prawnym regulującym zasady postępowania policji z nieletnimi sprawcami czynów karalnych jest Ustawa z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich (z późniejszymi zmianami).

Policja zgodnie z art. 37 ustawy, w wypadkach nie cierpiących zwłoki zbiera i utrwała dowody czynów karalnych, w razie potrzeby dokonuje ujęcia nieletniego, a także wykonuje czynności zlecone przez sędziego rodzinnego.

Dokumentem wewnętrznym uściślającym te zasady jest Zarządzenie Komendanta Głównego Policji z dnia 16 czerwca 1997 r. w sprawie form i metod działań policji w zakresie zapobiegania i zwalczania demoralizacji i przestępczości nieletnich.¹

Do podejmowania działań interwencyjnych w sytuacjach kryzysowych w szkole zobowiązuje *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dn. 31 stycznia 2003 r. w sprawie szczegółowych form działalności wychowawczej i zapobiegawczej wśród dzieci i młodzieży*. 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. 304 Kpk).

Zachowania agresywne na terenie szkoły mimo że rodzą sytuacje trudne, same w sobie nie oznaczają jeszcze poważnych problemów dla placówki. Problemy takie pojawiają się natomiast w przypadku eskalacji agresywnych zachowań lub wystąpienia ich w takiej formie, która uniemożliwia natychmiastowe zapanowanie nad sytuacją.

Działania nauczyciela wobec grupy, w stosunku do której podejrzewamy mobbing, muszą być kompetentne. Najlepiej by było zorganizować takie postępowanie, aby nad osiągnięciem pozytywnych i właściwych społecznie zachowań wśród uczniów pracował nie jeden nauczyciel, lecz wszyscy, którzy uczą w danej klasie. Ma to taką zaletę, iż zebranie wspólnych obserwacji umożliwi postawienie pewniejszej diagnozy w przypadku pojedynczego ucznia i ułatwi ocenę struktury grupowej. W zespole nauczycieli można też radzić się nawzajem, co do stopnia nasilenia zjawiska mobbingu. Początkiem takiej diagnozy powinno być badanie socjometryczne. Im starsza klasa, tym bardziej uczniowie zdają sobie sprawę po co robi się takie badanie i wyniki mogą wyjść zafałszowane. Po ustaleniu emocjonalnej bliskości lub dystansu poszczególnych kolegów wobec ofiary (odrzuć) łatwiej stwierdzić, kto najbardziej nadawałby się do podjęcia pierwszej rozmowy z uczniem. Oczywiście bardzo ważne jest wprowadzenie odpowiednich środków zaradczych, to znacznie lepiej skutkuje, jeśli wszyscy będą działali w tym samym kierunku, jednym frontem. Poza tym przeprowadzenie zajęć zorientowanych na realizację i uzyskanie poprawy w grupie korzystniej wypada w przypadku pracy zespołowej, aniżeli indywidualnej. Oczywistym jest też to, że każde badanie socjometryczne musi być dokonane przez nauczyciela z wieloletnim stażem, znającym bardzo dobrze grupę.

Aby zorganizować lepszą profilaktykę wobec przemocy w szkole lub innej placówce, należałoby pomyśleć nad szkoleniem dla wszystkich pracowników poprzez ofertę szkoleń lub wsparcie osób, które znają się na tym lepiej od nas. Bez odpowiedniego przygotowania zbyt wiele

¹ W policji myśli się o zmianach prawnych w tym zakresie
Własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikację

można popełnić po drodze błędów, lub podjąć działania, które tylko pozornie wydadzą nam się właściwe, a w konsekwencji problem jaki mieliśmy dalej będzie obecny.

Praktycy (pedagodzy) z długoletnim doświadczeniem to właściwe osoby, które często jako jedyne potrafią zrozumieć problem i udzielić pomocy dzieciom i ich rodzicom.

Warto również w kontekście młodzieży spojrzeć na bardzo dynamicznie rozwijające się zjawisko pod nazwą cyberbullying. Czym jest to zjawisko? Cyberbullying to zjawisko oczerniania, szykanowania, tyranizowania i wyszydzania w sieci. W październiku 2006 roku brytyjski „The Times” opisał wydarzenie, które nazwał „pierwszym atakiem web-rage w Wielkiej Brytanii”. Czterdziestosiemioletni londyńczyk został oskarżony o czynną napaść na mężczyznę, z którym wymieniał obelgi na jednym z czatów internetowych. Wraz z przyjacielem namierzili adwersarza i złożyli mu wizytę osobiście, zaopatrując się uprzednio w trzonek od kilofa i nóż. Obecnie, oprócz szykanującej poczty elektronicznej i wiadomości tekstowych przesyłanych za pomocą telefonów komórkowych, cyberbullying dotyczy stron internetowych, wpisów na forach dyskusyjnych, dręczenia i nękania przez komunikatory sieciowe, obelżywych i uwłaczających komentarzy na czatach, blogach, w biuletynach internetowych, a także umieszczania w sieci zdjęć lub filmów zrobionych przy użyciu telefonów komórkowych.

Poczucie anonimowości, które daje internet, sprawia, że jego użytkownicy pozwalają sobie na więcej niż w świecie rzeczywistym, tym bardziej, że swoją tożsamość najczęściej ukrywają, są nawet specjalne programy ukrywające numer IP, po którym można namierzyć daną osobę. Ukrywanie prawdziwej tożsamości to stały element komunikacji online. Główną aktywnością uczniów jest wzajemne dokuczanie sobie, słowna agresja, lub rozmowy na tematy seksualne. Często cybernetyczni prześladowcy posiadają rzeczywistą przewagę nad swoimi ofiarami. Podczas gdy „tężyzna” w tradycyjnym bullyingu może być związana z typowymi cechami fizycznymi (wzrost, waga) lub społecznymi (sympatia, kompetencje), „władczość” w sieci pochodzi najczęściej z biegłości w poruszaniu się w cyberprzestrzeni oraz zaawansowaniem w obsłudze komputera lub urządzeń multimedialnych.

Tyranizowanie w Internecie jest o tyle groźniejsze od tradycyjnych plotek, gdyż kompromitujące materiały w krótkim czasie dostępne są dla bardzo wielu osób i często pozostają w sieci na zawsze, nawet po rozwiązaniu samego konfliktu czy ustaleniu i zdyscyplinowaniu agresora. Niezwykle niepokojącym jest fakt, że aż większość młodzieży, która zetknęła się ze zjawiskiem wirtualnej agresji i przemocy nikomu o tym nie powiedziała.

Dziecko może być cyberofiara, jeżeli:

- nieoczekiwanie, bez uzasadnionych przyczyn przestaje korzystać z komputera, - staje się nerwowe, kiedy otrzymuje wiadomości

- jest sfrustrowane po tym, jak używało komputera, unika dyskusji o tym, co robiło przy pomocy komputera.

Każdy z tych sygnałów w odniesieniu nie tylko do komputera, ale i do np. telefonów komórkowych, jeżeli obserwujemy objawy u dziecka- powinien nas zaniepokoić. Znane są i opisywane przypadki, kiedy cyberbullying doprowadzał do tragedii, samobójstw i klinicznych przypadków, które trzeba było bardzo długo leczyć.

Podsumowanie.

Mobbing, tyranizowanie, cyberbullying to współczesne zjawisko, z którymi stykamy się dość często. W naszym potocznym mniemaniu, jeżeli nie byliśmy wprost atakowani, nie składano nam dwuznacznych propozycji, lub jesteśmy z pokolenia, gdzie mówienie o słabościach nie wypada- ten problem wydaje się daleki i nas nie dotyczący. Z drugiej strony, jak zaczniemy patrzeć w głąb siebie, analizować różne sytuacje- dojdziemy do wniosku, że jednak coś tam na przestrzeni lat nam się wstydliwego przytrafiło. Mam niechęć do szkoły jako placówki, nie patrzymy na komentarze pod artykułami, lub robimy to z niesmakiem, korciło nas, aby upokorzyć w jakiś anonimowy sposób szefa lub nielubianą osobę w pracy. Zaczynamy dostrzegać problem.

Jeśli posiadamy dzieci, wówczas z niepokojem myślimy: czy poradzą sobie w szkole, czy będą w razie czego umiały sobie poradzić z innymi. W piaskownicy staniemy w ich obronie, ale tam gdzie nas nie ma, gdzie nie mamy nad nimi pieczy? Jeżeli współmałżonek jest osobą słabsza psychicznie i narzeka na stosunki panujące w pracy- to wówczas bardzo chcielibyśmy mu pomóc, udzielamy rad. Gdyba nas coś takiego dotknęło- zrobilibyśmy coś w tej sprawie, założyli sprawę sądową? A jeżeli ta praca jest po długim okresie bezrobocia, zależy nam na niej- będziemy walczyć z korporacją, z firmą?

To nie są łatwe pytanie i nie ma na nie łatwych odpowiedzi. Jeżeli jesteśmy w tej walce sami- nikt nas nie wspiera- wówczas możemy za to zapłacić zdrowiem. Dlatego tak ważne jest, aby uświadamiać wszystkim problem mobbingu, mieć na niego baczenie. Zwłaszcza, jeżeli pracujemy w miejscach, gdzie może do niego dochodzić, gdy nasze dziecko lub członek rodziny może być ofiarą. Wspierajmy się nawzajem, mówmy o tym, dzielimy się z innymi. To nas na sto procent ni obroni przez złymi zachowaniami innych, ale na pewno zmniejszy zagrożenie.

Literatura:

Brodsky Carroll M.(1976), *The harassed worker*, Lexington Books

<http://www.competitiveskills.pl/kontakt.html>

Kinchin D. (2001), *Post Traumatic Stress Disorder, The invisible injury*, Published by Success Unlimited,

Kodeks Pracy, stan na 2010 rok,

Kuryś K. (1999), Wyrafinowana przemoc w szkole, Edukacja i dialog, nr 107,

Leymann H. (1996), *The Definition of Mobbing at Workplaces* [w:] *The Mobbing Encyclopaedia*, <http://www.leyman.se>

Leymann H. & Gustafsson A. (1996). *Mobbing at work and the development of post-traumatic stress disorders*. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5, 251-275

Lorenz K. (1963), *Das sogenannte Böse*, Borotha-Schoeler Verlag, Wien, pol. wyd.: *Tak zwane zło*, przekł. A. D. Tauszyńska, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 2003

Lyznicki J.M., McCaffree M.A. & Robinowitz C.B. (2004), *Childhood Bullying: Implications for physicians*. *American Family Physician*, 70, 1723-1730

Matthiesen S.B & Einarsen S. (2004), *Psychiatric distress and symptoms of PTSD among victims of bullying at work*. *British Journal of Guidance and Counselling*, 32, 335-356

Mellibruda J. (1999), *O poczuciu krzywdy osobistej*, Niebieska linia, nr 3

Rimm S.(1994), *Bariery szkolnej kariery. Dlaczego dzieci zdolne mają słabe stopnie?*, WSiP, Warszawa

Mikkelsen E.G. & Einarsen S.(2002), *Basic assumptions and symptoms of post-traumatic stress among victims of bullying at work*. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 11, 87-111

Mynard H., Joseph S. Alexander J. (2000), *Peer victimization and posttraumatic stress in adolescents*. *Personality and Individual Differences*, 29, 815-821

Tehrani N.(2004), *Bullying: A source of chronic posttraumatic stress?* *British Journal of Guidance and Counselling*, 32, 357-366

Własność dr Krzysztof Zajdel bez zgody na publikacje

Weaver A.(2000), *Can post-traumatic stress disorder be diagnosed in adolescence without a catastrophic stressor? A case report.* Clinical Child Psychology and Psychiatry, 5, 77-83

Zajdel K. (2009), *Społeczne konteksty wyborów edukacyjnych gimnazjalistów szkół wiejskich,* Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń