

# KAKO POMOĆI DJETETU KOJE TRPI NASILJE

## ● PRIHVATITE PROBLEM, NE OČEKUJTE DA ĆE SE RIJEŠITI SAM OD SEBE

- Ohrabrite dijete da vam kaže što mu se događa. Ne pitajte samo za ocjene.
- Ne ignorirajte to što vam dijete govori. Ignoriranjem šaljete pogrešnu poruku.
- Saslušajte do kraja i prihvatite osjećaje. Normalno je da se dijete osjeća povrijeđeno, tužno ili ljuto
- Pitajte dijete što je već učinilo da prekine nasilje. Tako ga potičete da razmisli o mogućnostima.
- Pitajte dijete hoće li uspjeti samo riješiti problem. Cilj je da razmisli i eventualno samo djeluje prije no što roditelji uskoče.
- Ne tjerajte dijete da primjeni vaša rješenja. Ono što je najbolje za vas ne mora biti najbolje i za vaše dijete.
- Razgovarajte s djetetovim razrednikom. Važno je da ste sigurni da učitelji znaju što se događa. Tražite pomoć učitelja, a ako treba i stručne službe škole.

- Ne čekajte, s čekanjem se problem samo pojačava te će i učiteljima biti teže djelovati.
- Ohrabrite dijete da traži pomoć od učitelja u školi.
- Podučite dijete kako da se obrani.
- Pokažite djetetu da je u redu pokazati ljutnju. Naučite ga pozitivne-konstruktivne načine pokazivanja ljutnje.
- Dopustite svom djetetu da vam se ponekad suprostavi. Ako se uspije suprotstaviti roditeljima, veće su šanse da će se suprotstaviti i nasilnom učeniku.



- Učite dijete da koristi humor.
- Potičite učenje socijalnih vještine, ako je potrebno potražite stručnu pomoć za razvoj samopoštovanja i socijalnih vještina.
- Svakodnevno zapažajte pozitivne karakteristike vašeg djeteta i govorite ih.
- Ojačajte djetetovo samopoštovanje.
- Izbjegavajte vrijeđanje i etiketiranje (vašeg djeteta ili onog koje čini nasilje).
- Zajedno s djetetom smislite različite mogućnosti: da ode iz sukoba, igra se na drugom mjestu ili s nekim drugim, ostaje u blizini učitelja, potraži nove prijatelje, uključi se u različite društvene aktivnosti van škole.

**Savjeti koji se daju djetetu trebaju biti realistični i prilagođeni djetetu.**

**Oprezno kod davanja savjeta koji se temelje na našem vlastitom iskustvu. Ono što je najbolje za nas ne mora biti najbolje i za druge.**



**BILO DA SE DIJETE  
PONAŠA NASILNO ILI  
JE ŽRTVA NASILJA  
RODITELJ TREBA  
I SEBI POSTAVITI  
SLJEDEĆA PITANJA:**

**Doprinosim li i  
ja nečim ovakvoj  
situaciji?  
Što mogu učiniti  
drugačije?**

## **ČESTE KARAKTERISTIKE DJETETA KOJE TRPI NASILJE:**

- plašljivo, nesigurno, tiho i povučeno
- oprezno, osjetljivo, nižeg samopoštovanja
- prezaštićeno od roditelja (sve rade za svoje dijete, umjesto djeteta)
- češće reagira plaćem i povlačenjem iz sukoba
- malo prijatelja i često izolirano od društva
- fizički slabiji dječaci (kod djevojčica nema razlika u snazi)

## **ZNAKOVI KOD DJECE KOJA TRPE NASILJE U ŠKOLI:**

- strah od odlaska u školu (često javljanje glavobolje ili bolova u trbuhu prije odlaska u školu)
  - kasni u školu, kasno izlazi iz škole
  - često mijenjanje puta do škole i iz škole
  - potrgana odjeća, ogrebotine, oštećene knjige
  - nestaju mu osobne stvari, knjige i bilježnice
  - dolaze kući izgladnjeli (iako su dobili novac za uštinu)
  - često pitaju za novac (jer im ga otimaju)
  - nastoje izbjeći neke školske predmete, npr. tjelesni
  - odbijanje odlaska u školu ili druženja s drugim učenicima
  - opadanje školskog uspjeha
  - odbijaju razgovarati o svojim problemima
  - strah od mraka, iznenadnih zvukova, fizičkog kontakta
  - noćne more, teškoće zaspivanja, umor, potištenost
  - razdražljivost, otresitost, nagla pojava nasilnih ponašanja
  - prijetnje ili čak pokušaji samoubojstva
- (VAŽNO: neki od ovih simptoma ukazuju i na druge moguće teškoće, ali su znak da se djetetu nešto loše događa i važno je na njih obratiti pažnju)**

## **PSIHOLOŠKI CENTAR TESA**

Trg bana Josipa Jelačića 1/III

**Tel: 01/ 48 28 888**

www.tesa.hr

psiho.pomoc@tesa.hr

**PROJEKT: RUKA PODRŠKE**

Uz financijsku podršku Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta



## **VRŠNJAČKO NASILJE SAVJETI RODITELJIMA**



**TELEFON ZA PSIHOLOŠKU POMOĆ:**

**01/ 48 28 888**

svakim radnim danom od 10 do 22 h