

## Załącznik nr 1 „SWOT. Bilans 4 sposobów wyrażania złości i gniewu”

Mamy cztery sposoby wyrażania emocji lub gniewu. Każdy z nich wynika z konkretnego podejścia do siebie i drugiego człowieka i wiąże się z konkretnymi zachowaniami: 1. Agresywny, 2. Bierny, 3. Manipulacyjny, 4. Odważny.

Oceńmy każdy z nich w następujący sposób<sup>1</sup>:

<b>Czynniki wewnętrzne – które zależą ode mnie</b>	
<p><b>Mocne strony</b> <i>Moje zasoby (jak je utrzymać)</i> Np. wykształcenie, doświadczenie, pewność siebie, temperament</p>	<p><b>Słabe strony</b> <i>Przeszkody we mnie (jak je wyeliminować)</i> Np. brak prawa jazdy, mała odporność na stres, nieumiejętność realnego planowania</p>
<p><b>Czynniki zewnętrzne – które zależą od innych ludzi i okoliczności</b></p>	<p><b>Szanse</b> <i>Możliwości (jak je uzyskać)</i> Np. zapotrzebowanie rynku, dostępne szkolenia i świadczenia, osobiste kontakty</p>
<p><b>Zagrożenia</b> <i>Obawy (jak ich unikać)</i> Np. polityka, pożądana są młodszy, niekarani pracownicy</p>	

<sup>1</sup> Jeśli dobrze słuchałeś lub masz w sobie wrażliwość i zrozumienie dla omawianych problemów, wykonasz zadanie bez ułatwienia. Jeśli chcesz ułatwienia w postaci opisu sposobów wyrażania emocji gniewu, poproś prowadzącego.

\* Ułatwienie dla uczestników w postaci opisu sposobów wyrażania emocji gniewu:

<b>Sposób</b>	<b>Podejście</b>	<b>Zachowanie</b>	<b>Skutek</b>
<b>agresywny</b>	ja jestem OK – inni nie są OK	bicie, dewastowanie mienia, obrażanie, wulgaryzmy, agresja słowna, zawłaszczenie czyjejś rzeczy bez zgody „właściciela	Swoim działaniem chcemy ukarać kogoś za to, co się czujemy; konflikt
<b>bierny (uległy)</b>	ja nie jestem OK – inni są OK	unikanie ludzi, zamykanie się w sobie, tłumienie emocji, niepodejmowanie żadnych konstruktywnych działań.	Postępując w taki sposób kumulujemy w sobie negatywne emocje, gromadzimy uprzedzenia, tracimy wiarę w sens rozwiązania problemu, obwiniamy się za to albo drugiego człowieka. To może prowadzić do nerwicy, bólów mięśni i głowy
<b>manipulacyjny</b>	ja nie jestem OK – inni też nie są OK	kłamanie, wprowadzanie w błąd przez mówienie nieprawdy albo ukrywanie rzeczywistych potrzeb i intencji, działanie ze złą intencją wobec drugiego człowieka, obwinianie go za to, że postępuje się równie niegodnie jak on	Manipulując sami wpędzamy się w tzw. kozi róg i często w oczach innych tracimy zaufanie;
<b>odważny</b>	ja jestem OK – inni też są OK	rozmowa o uczuciach i potrzebach, wysłtek fizyczny, a także tupanie nogami, oczywiście na osobności, postrzeganie drugiego człowieka jako sprzymierzeńca, a nie jako wroga i przeszkody.	Współpraca Dzięki rozmowie i nazwaniu swoich uczuć i wyrażeniu potrzeb, zmierzamy w kierunku rozwiązania problemu, który stał się powodem złości. Nastawienie się na to, że „mamy problem” („my”, a nie „ty” czy „ja”) pozwala na konstruktywne wyrażenie gniewu. Koncentrujemy się na działaniach, zmierzających do rozwiązania problemu przy jednoczesnym poszanowaniu drugiego człowieka

## Załącznik nr 2 „Teorie agresji. Teksty tematyczne”

### Teoria instynktu (perspektywa biologów)

Teoria ta reprezentuje nurt biologiczny. Agresję wyjaśnia odwołując się do instynktu walki. Uznaje bowiem, że agresja powstała na drodze ewolucji i jest potrzebna do utrzymania gatunku. Istotą teorii instynktu jest przekonanie, że agresja jest zachowaniem wrodzonym, nieuchronnym i pojawia się wówczas, gdy istnieje potrzeba rozładowania negatywnej energii. Jest ona w zasadzie spontaniczna i nie musi być wyzwalana w szczególnych okolicznościach. Energia agresywna powstaje samoistnie i co jakiś czas musi być rozładowywana. Jednocześnie jest mało podatna na wpływy zewnętrzne i nie podlega zmianom pod wpływem uczenia się. Zdarza się także, że agresja jest zachowaniem nagradzającym i może być poszukiwana np. prowadzi do zaspokojenia potrzeb fizycznych (głodu, pragnienia itp.). W myśl tej teorii człowiek jest zwolniony z kontroli swojego zachowania. Agresja bowiem, wywołana przez instynkt jest wrodzona i nie zależy od jego świadomości. Rodzi się zatem przekonanie, że agresja jest nieuchronna i człowiek jest zwolniony z poszukiwania sposobów radzenia sobie z nią. Nikt nie zaprzecza powszechności agresji, ale nie ma też udokumentowanego związku z jej wrodzonym charakterem. Nie istnieje stale czynna potrzeba agresji u ludzi. Nie dało się także naukowo udowodnić, że każdy dąży do agresji. Wszyscy posiadamy skłonności do zachowań agresywnych, ale są one w różnym stopniu nasilone i różnie zaspakajane. Osoba świadoma swego działania, z wykształconym w toku rozwoju poczuciem odpowiedzialności, może sama znaleźć aprobowany społecznie sposób zaspakajania popędu agresji np. poprzez rywalizację i współzawodnictwo w sporcie czy nauce.

Źródło: K. Piotrowska, *Psychologiczne aspekty agresji*,  
<http://www.pppzdwoła.republika.pl/psychologiczneaspektyagresji.htm> (dostęp: 01.09.2017).

Inaczej mówiąc, agresja jest pewnego rodzaju instynktem, a więc elementem wrodzonym. Teoria stworzona przez Freuda ewoluowała wraz z rozwojem jego ogólnej koncepcji osobowości. Początkowo traktował agresję jako jeden z objawów popędu seksualnego przejawiającą się w fazie oralnej rozwoju przez np. gryzienie przedmiotów. Kolejnym etapem było stwierdzenie, iż przyczyną agresji jest frustracja spowodowana konfliktem pomiędzy id, ego i superego, aby w końcu uznać za przyczynę wszelkich zachowań człowieka, w tym również agresywnych – dwa podstawowe, wzajemnie się zwalczające instynkty – życia i śmierci. Instynkt śmierci, będący źródłem tendencji do samounicestwienia jest zwalczany przez instynkt życia. W rezultacie tego konfliktu destruktywne popędy pierwotnie skierowane na własną osobę przesuwały się na osoby i rzeczy z najbliższego otoczenia. Wnioskiem z tych przemyśleń była konstatacja, iż konflikty międzyludzkie są nieuniknione, a jedyne czynniki hamujące zachowania agresywne to strach przed karą i użyciem siły, przy czym należy środki te stosować we wczesnym dzieciństwie. Zastosowanie kar uwalnia bowiem mechanizmy obronne, które nadają instynktowi agresji nieszkodliwe społecznie, a nawet pozytywne formy. Freud miał tu na myśli mechanizm obronny zwany sublimacją, dzięki któremu wrogie i agresywne uczucia wyrażane są np. w twórczym działaniu lub poświęceniu dla dobra innych.

Kontynuator myśli Freuda, Konrad Lorenz uznał, że instynkt agresji u człowieka jest formą patologiczną bowiem jego ewolucja, zmierzająca do wytworzenia się form zrytualizowanych skłaniających do jej rozładowania poprzez np. rywalizację w różnych dziedzinach (sport, nauka itp.), nie nadąża za rozwojem cywilizacyjnym. Człowiek posiada więc nadmiernie nasilony instynkt agresji, która kumuluje się i musi być okresowo rozładowywana (tzw. hydrauliczna koncepcja agresji), przy czym ewolucja nie wyposażyła nas w odpowiednie narzędzia instynktu hamujące agresję. Opisanie koncepcje, swego czasu bardzo popularne, nie zyskały jednak potwierdzenia we współczesnych badaniach naukowych..

Źródło: [http://www.profesor.pl/mat/n13/n13\\_p\\_ogrodniczek\\_020106\\_2.php](http://www.profesor.pl/mat/n13/n13_p_ogrodniczek_020106_2.php) (01.09.2017); J. Błachut, A. Gaberle, K. Krajewski, *Kryminologia*, Gdańsk 2000, s. 281 in.

### **Teoria frustracji i popędu (pierwsza perspektywa psychologów)**

Teoria ta podaje, że główną przyczyną zachowań agresywnych człowieka jest doświadczany stan frustracji. Frustracja jest to stan powstający wówczas, gdy w toku realizacji jakiegoś celu człowiek napotyka na przeszkodę, która uniemożliwia jego realizację. Zachowanie agresywne nie jest jednak jedyną możliwą reakcją na frustrację, ale każda frustracja rodzi skłonność do agresji, która jest tym większa im bardziej wartościowy jest cel, do którego się dąży oraz im bardziej zablokowane są działania zmierzające do realizacji wyznaczonego celu. W wyniku sytuacji frustracyjnej powstaje napięcie emocjonalne, które staje się powodem do agresji. Zachowanie agresywne prowadzi do rozładowania tego napięcia i, choć zamierzony cel nie został osiągnięty, przykre napięcie emocjonalne ulega wówczas złagodzeniu. Wyrażanie agresji hamuje jednak strach przed karą i wtedy zachowania agresywne zamiast być skierowane na osobę lub rzecz będącymi przyczyną frustracji są przeniesione na inną osobę lub przedmiot, a nawet na samego siebie (autoagresja).

Najważniejsze prawa w tej teorii mówią, że siła pobudzenia do agresji jest uzależniona od stopnia frustracji, akty agresji mogą być zahamowane pod wpływem kary, zachowania agresywne mogą ulec przeniesieniu oraz, że akty agresji otwartej, szybciej i skuteczniej niż agresji ukrytej, zmniejszają napięcie frustracyjne. Teoria ta ma wielu zwolenników nie mniej jednak okazuje się, że nie każda frustracja prowadzi do agresji. Pewne jest, że uruchamia działania zmierzające do usunięcia przeszkody blokującej realizację celu. Jednak obok agresji mogą to być także: regresja (zachowania infantylne np. płacz), fiksacja (uporczywe powtarzanie jakiejś aktywności) wycofywanie się z kontaktów, zaburzenia łaknienia (anoreksja, bulimia), nadużywanie alkoholu, zaburzenia psychosomatyczne. W myśl tej teorii wiadomo, że frustracja prowadzi do wzrostu pobudzenia emocjonalnego, ale dopiero interpretacja sytuacji przez jednostkę wywołuje określoną reakcję na nią, nie koniecznie wyrażającą się w zachowaniach nieaprobowanych społecznie.

Źródło: K. Piotrowska, *Psychologiczne aspekty agresji*,

<http://www.pppzdwoła.republika.pl/psychologiczneaspektyagresji.htm> (dostęp: 01.09.2017).

Inaczej mówiąc, koncepcje ujmujące agresję jako popęd opierają się na założeniu, że przyczyną agresji jest zawsze frustracja, a frustracja zawsze prowadzi do agresji, przy czym modyfikacje tej teorii stwierdzają, że sytuacja frustracyjna nie zawsze musi prowadzić do reakcji agresywnej, a pomiędzy sekwencją zachowań frustracja - agresja może istnieć jeszcze jeden element, a mianowicie gniew, który stanowi potencjalną gotowość do agresji. W sytuacji frustracyjnej następuje kolizja dwóch czynników: dążenia do wykonania pewnej czynności i zaistnienia przeszkody uniemożliwiającej jej wykonanie. Skutkiem jest powstanie napięcia emocjonalnego, będącego pobudką do agresji. To, czy w wyniku frustracji wystąpi zachowanie agresywne, zależy również od innych czynników, przede wszystkim od warunków sytuacyjnych. Wyrażenie agresji jest często hamowane strachem przed karą i wówczas może nastąpić jej przemieszczenie (skierowanie jej na inny obiekt) lub zmiana postaci (inna agresywna reakcja zagrożona słabszą karą). Sam strach przed karą wygasza więc wyrażenie agresji ale jednocześnie nasila jej pobudzenie, jest bowiem dodatkową frustracją.

Źródło: [http://www.profesor.pl/mat/n13/n13\\_p\\_ogrodniczek\\_020106\\_2.php](http://www.profesor.pl/mat/n13/n13_p_ogrodniczek_020106_2.php) (01.09.2017); J. Błachut, A. Gaberle, K. Krajewski, *Kryminologia*, Gdańsk 2000, s. 281 in.

### **Teoria uczenia się (druga perspektywa psychologów)**

Teoria ta, jest alternatywą do dwóch poprzednich. Koncepcji tej, w odróżnieniu do wcześniej zaprezentowanych nie udało się do tej pory zakwestionować. Nieustannie bowiem gromadzimy dowody, że agresja jest rezultatem uczenia się. Ludzie uczą się agresji poprzez gromadzenie własnych doświadczeń, w kontaktach z innymi, przez obserwowanie i modelowanie. Człowiek, obserwując postępowanie innych, poznaje nieznaną dotąd wzorce zachowania agresywnego. Stąd niezwykle duża rola przypada dorosłym i mediom, by nie prowokowali młodzieży i dzieci do zachowań niepożądanych. Ważnym elementem procesu uczenia się agresji jest obserwowanie konsekwencji zachowań agresywnych u innych. Obserwacja skutków cudzej agresji może osłabić, zahamować lub nasilić wyuczone wcześniej reakcje agresywne jednostki. Nagrodzona, lub choćby nieukarana agresja u innych powoduje wzrost agresji u obserwującego, ukarana natomiast spadek. Jeżeli po jakimś zachowaniu otrzymujemy nagrodę, to prawdopodobieństwo powtórzenia go w przyszłości rośnie. Staje się ono instrumentem do osiągnięcia korzyści. Również agresja będzie narastać i utrzymywać się, gdy doprowadzi do uzyskania nagrody. Nagrody mogą powiększać stan posiadania, odwoływać się do pozycji społecznej, uznania u innych, wzrostu poczucia własnej wartości, poczucia kontroli nad sytuacją i władzy nad innymi.

Obserwowanie zachowań innych wywołuje określone emocje i przez to zachęca obserwatora do podobnych reakcji. Im silniejszy, pozytywny związek emocjonalny z osobą zachowującą się agresywnie, tym większy stopień identyfikacji. Prowadzi to, do wzrostu zachowań agresywnych obserwującego, podobnych jak u modelu. Każdy z nas może przyjąć różną teorię powstawania agresji jednak pewne jest, że zachowania agresywne są nabywane w toku rozwoju osobniczego. Mogą być one wywoływane, utrzymywane i redukowane.

Źródło: K. Piotrowska, *Psychologiczne aspekty agresji*,

<http://www.pppzdwola.republika.pl/psychologiczneaspektyagresji.htm> (dostęp: 01.09.2017).

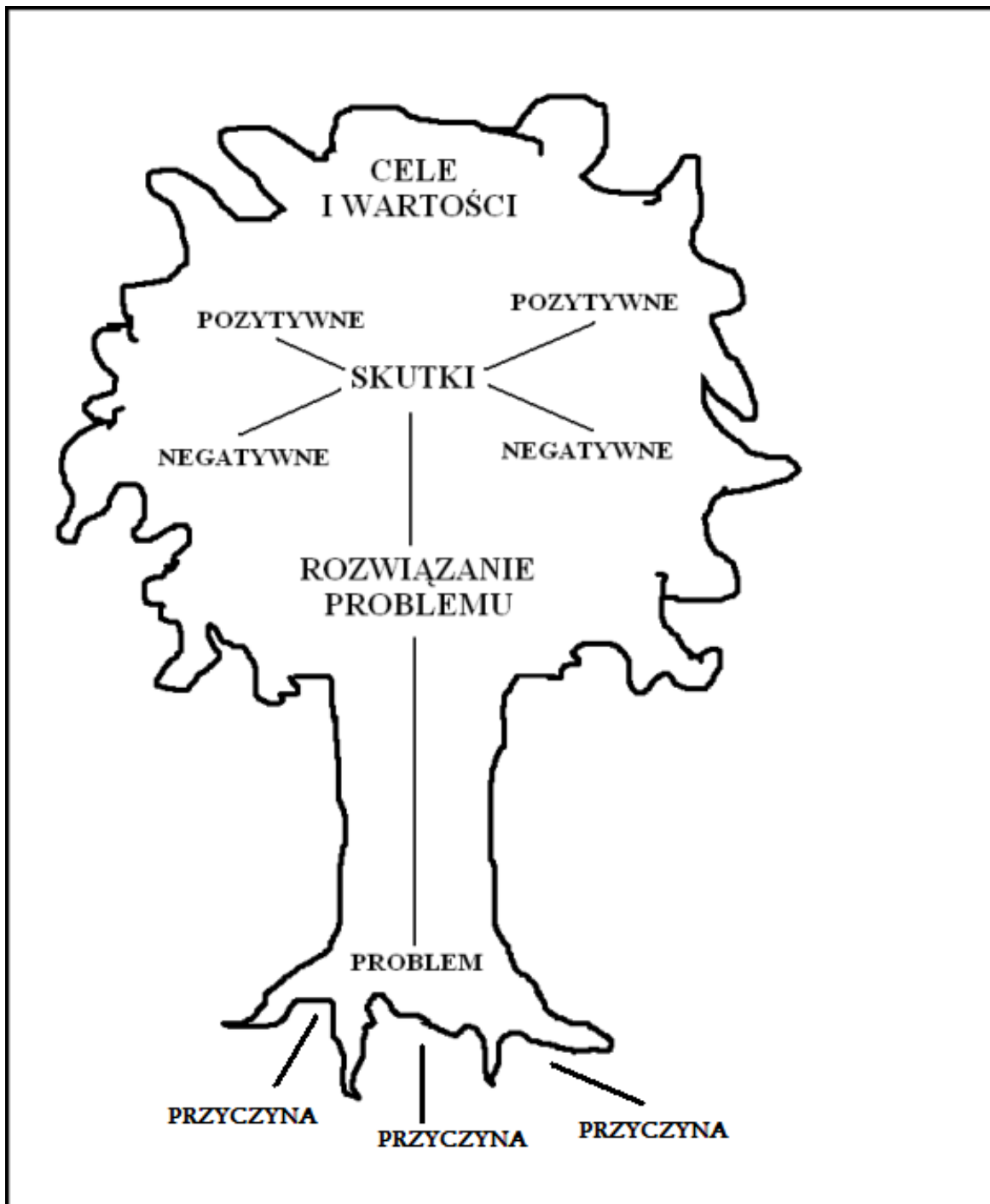
Inaczej mówiąc, jeżeli jednostka na skutek zachowania agresywnego osiągnie jakiś pożądany cel, to jest bardzo prawdopodobne, że będzie kontynuowała podobne działania w przyszłości, licząc na uzyskanie podobnych, zadowalających ją rezultatów. Zachowanie ulegnie utrwaleniu, zadziała bowiem mechanizm wzmocnienia pozytywnego (nagrody). Wzmocnieniem pozytywnym może stać się również kara, o ile satysfakcja osiągnięta wskutek reakcji agresywnej ma dla człowieka większą wartość, niż kara za takie zachowanie. Kara może spowodować zahamowanie lub wygaszenie reakcji agresywnej, jeśli istnieje możliwość reakcji alternatywnej - jeśli jednak agresja jest jedyną reakcją w danej sytuacji, to nawet silna kara nie wywoła skutku hamującego.

Niezwykle istotnym aspektem omawianej koncepcji jest modelowanie - nauka poprzez obserwację zachowań innych. Jest to nieustanny proces budowania obrazu świata i swojej osoby we własnym umyśle. Bardzo ważnym elementem jest tu osoba znacząca, która dostarcza wzoru do naśladowania. Ważna jest tu również obserwacja konsekwencji zachowań agresywnych - czy są one nagradzane, czy karane oraz jaką wartość ma nagroda lub - jak dotkliwa jest kara. Na tej podstawie obserwujący dokonuje swego rodzaju rachunku plusów i minusów zachowania agresywnego.

Wielu współczesnych psychologów skłania się do uznania agresji za zachowania wyuczone a jej pojawienie wiąże z prowokacją (fizyczny lub słowny atak), pobudzeniem emocjonalnym oraz wzorcami dostarczonymi przez innych ludzi. Ten ostatni element wydaje się szczególnie istotny, dotyczy bowiem bardzo rozległej sfery, począwszy od najbliższej rodziny poprzez grupy rówieśnicze, społeczności szkolne aż po społeczne przyzwolenie na pewne formy agresji oraz przemoc pokazywaną przez media.

Źródło: [http://www.profesor.pl/mat/n13/n13\\_p\\_ogrodniczek\\_020106\\_2.php](http://www.profesor.pl/mat/n13/n13_p_ogrodniczek_020106_2.php) (01.09.2017); J. Błachut, A. Gaberle, K. Krajewski, *Kryminologia*, Gdańsk 2000, s. 286.

### Załącznik nr 3 „Przemoc – drzewo problemów”



Opracowanie własne.

Inny schemat: <http://legacy.matrix.msu.edu/ice/Edukacja/Roz1/Trudne.html> (01.09.2017).

## Załącznik nr 4 „Przemoc – SWOT”

### Sztuki walki w sporcie

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.

---

### Post i asceza (przelamywanie własnej woli)

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.

---

### Środki przymusu stosowane przez policję

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.

---

### **Wojna**

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.

---

### **Zastraszenie drugiego człowieka w celu zmuszenia go do oddania cudzej rzeczy**

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.

---

### **Karanie więzieniem**

Przedyskutujcie czy dana „instytucja”/zachowanie jest przemocą czy nie, a następnie – niezależnie od stwierdzenia – rozważycie jej mocne strony (plusy), słabe strony (minusy), możliwości i zagrożenia jej stosowania/praktykowania przez ludzi, czyli zróbcie SWOT. Pracując, warto postawić sobie pytania:

- Jakie potrzeby ludzie zaspokajają poprzez utrzymywanie tej „instytucji”/praktykowanie tego zachowania?
- Czy nie ma alternatywnych strategii/sposobów zaspokajania tych potrzeb?
- Dlaczego ludzie decydują się na akceptację tej postaci przemocy?

Następnie zaprezentujcie SWOT całej grupie.



## Załącznik nr 5 „Zagrać przemoc” – opisy scenek

### Scenka 1

Jurek Z., skazany, myśli o tym, aby zwrócić się do dyrektora więzienia i wytłumaczyć mu, że jeden z więźniów – uczących się w przywiezionej szkole w klasie, jest ofiarą przemocy ze strony innych uczniów – więźniów. Drwią z niego, naśmiewają się, czasem niszczą jego rzeczy szkolne, bojkotują jego odpowiedzi i prace domowe. Dyrektor ma tradycyjne podejście do sposobu zarządzania szkołą. Uważa, że pewne ogólnie przyjęte standardy wymykają się spod kontroli, toleruje niektóre zachowania więźniów, bo tolerancja i przemilczenie są według niego lepsze niż reakcja, która zwiększa ryzyko eskalacji konfliktu. Wychowawca nie czuje się odpowiedzialny za zaistniałą sytuację. Skazani mają uporać się z nią „po swojemu”. On wyciągnie ewentualne konsekwencje i napisze oceny okresowe. Nauczyciele są zaniepokojeni, ale bagatelizują problem i nie traktują zachowania skazanych stosujących przemoc jako coś, czym należałoby się zająć.

- Czy scenka była realistyczna? Jeśli nie, to jaka byłaby realistyczna i jak można z niej wyjść „z twarzą”?
- Co jest problemem? Kogo on dotyczy?
- Kto ma problem? Na czym on polega/czego dotyczy?
- Jak go rozwiązać?
- Które wypowiedzi w scenie były konstruktywne i przyczyniły się do rozwiązania problemu, a które utrudniły sytuację?
- Jak czuje się ofiara przemocy?
- Czy jest odpowiedzialna za zaistniałą sytuację?
- Co sprawca przemocy próbuje udowodnić swoim postępowaniem?
- Czy można uniknąć przemocy w więzieniu? Jak?
- Kto jest odpowiedzialny za problem przemocy w więzieniu?

### **Scenka 2**

Trzech skazanych – uczniów przywiezionej szkoły próbuje porozmawiać z jednym z ‘kolegów’, który znęca się nad młodszym więźniem – uczniem. Poniża go przy innych i wyśmiewa, podczas przerw czasem popycha i postępuje z jego rzeczami jakby były jego własnością, grozi mu. Ma jasne wytłumaczenie, że ten młodszy jest ciut gorszy, bo wygląda jak upośledzony, ma tik, głupio się uśmiecha i nie reaguje na obelgi.

- Czy scenka była realistyczna? Jeśli nie, to jaka byłaby realistyczna i jak można z niej wyjść „z twarzą”?
- Co jest problemem? Kogo on dotyczy?
- Kto ma problem? Na czym on polega/czego dotyczy?
- Jak go rozwiązać?
- Czy łatwo jest rozmawiać z osobą, która jest sprawcą przemocy w szkole i znęca się nad innymi uczniami? Jakie techniki mogą mieć pozytywne oddziaływanie na taką osobę, a jakie mogą doprowadzić do negatywnego rezultatu?
- Jak czuje się ofiara przemocy?
- Czy jest odpowiedzialna za zaistniałą sytuację?
- Co sprawca przemocy próbuje udowodnić swoim postępowaniem?
- Czy można uniknąć przemocy w więzieniu? Jak?
- Kto jest odpowiedzialny za problem przemocy w więzieniu?

### **Scenka 3**

Czterech skazanych – uczniów jednej klasy zebrano się po to, aby naradzić się, jak pomóc innemu skazanemu, nad którym bezustannie znęcają się starsi więźniowie – uczniowie. Rozważają wszelkie możliwe sposoby udzielenia mu pomocy.

- Czy scenka była realistyczna? Jeśli nie, to jaka byłaby realistyczna i jak można z niej wyjść „z twarzą”?
- Co jest problemem? Kogo on dotyczy?
- Kto ma problem? Na czym on polega/czego dotyczy?
- Jak go rozwiązać?
- Czy łatwo jest rozmawiać z osobą, która stała się ofiarą przemocy rówieśniczej? W jaki sposób można znaleźć rozwiązanie, które jest akceptowalne i najlepsze dla ofiary przemocy?
- Jak czuje się ofiara przemocy?
- Czy jest odpowiedzialna za zaistniałą sytuację?
- Co sprawca przemocy próbuje udowodnić swoim postępowaniem?
- Czy można uniknąć przemocy w więzieniu? Jak?
- Kto jest odpowiedzialny za problem przemocy w więzieniu?

## **Załącznik nr 6 „Karta pracy do filmu”**

### **1. Christian atakuje Sofusa i grozi mu nożem.**

- Co było źródłem sytuacji przemocowej/zachowań agresywnych?
  - Jak oceniasz sposób rozwiązania konfliktu/sytuacji przez bohaterów?
  - Czy Twoim zdaniem konflikt/sytuację można było zakończyć w inny sposób?
- 

### **2. Konflikt Antona (lekarza) z mechanikiem samochodowym.**

- Co było źródłem sytuacji przemocowej/zachowań agresywnych?
  - Jak oceniasz sposób rozwiązania konfliktu/sytuacji przez bohaterów?
  - Czy Twoim zdaniem konflikt/sytuację można było zakończyć w inny sposób?
- 

### **3. Terror Wielkoluda nad mieszkańcami wioski (rola lekarza w konflikcie).**

- Co było źródłem sytuacji przemocowej/zachowań agresywnych?
  - Jak oceniasz sposób rozwiązania konfliktu/sytuacji przez bohaterów?
  - Czy Twoim zdaniem konflikt/sytuację można było zakończyć w inny sposób?
- 

### **4. Relacja Christiana z ojcem (kłótnia zakończona uderzeniem ojca).**

- Co było źródłem sytuacji przemocowej/zachowań agresywnych?
  - Jak oceniasz sposób rozwiązania konfliktu/sytuacji przez bohaterów?
  - Czy Twoim zdaniem konflikt/sytuację można było zakończyć w inny sposób?
- 

### **5. Spotkanie w szpitalu po wybuchu bomby matki Eliasa z Christianem.**

- Co było źródłem sytuacji przemocowej/zachowań agresywnych?
- Jak oceniasz sposób rozwiązania konfliktu/sytuacji przez bohaterów?
- Czy Twoim zdaniem konflikt/sytuację można było zakończyć w inny sposób?