

AGRESJA W SZKOLE

Opracował
mgr Marek Skibicki

Agresja jest zachowaniem na podłożu emocji. Może być wyrażana słownie lub fizycznie. Istnieje również tzw. agresja przeniesiona, czyli skierowana przeciwko ludziom lub przedmiotom nie będących bezpośrednią przyczyną agresji. Z pojęciem agresja wiąże się pojęcie przemocy. Chociaż intuicyjnie wyczuwa się różnicę między agresją a przemocą, to kryteria podziału tych dwóch pojęć nie wydają się w pełni uzasadnione. Uczniowie traktują je jako synonimy. W literaturze przedmiotu zakłada się nadrzędność przemocy w stosunku do agresji, gdyż przemoc jest bardzo często środkiem realizacji przymusu i siłą przeważającą czyjąś siłę, a agresja nie zawsze tym jest.

Przyczyny agresywnych zachowań dzieci i młodzieży obejmują zarówno te czynniki, które określone są mianem wrodzonych, osobowościowych, jak i te, które tkwią w rodzinie, w szkole, w grupie rówieśniczej, w środowisku lokalnym, czy w środkach masowego przekazu. Rozpoznawanie czynników wpływających na destrukcyjne, agresywne czyny dzieci i młodzieży jest pierwszym etapem na drodze do podjęcia działań wychowawczych, jak i profilaktycznych. Lista przyczyn powstawania agresji w szkole jest długa i trudno byłoby w tym miejscu omówić je wyczerpująco.

Agresji w szkole sprzyja m.in.:

- brak osobowego, podmiotowego podejścia do uczniów,
- ucieczka od właściwych działań wychowawczych szkoły,
- zaburzona komunikacja interpersonalna (uczeń-nauczyciel-rodzic),
- brak akceptacji i uznania dla właściwych norm zachowania uczniów,
- niedocenienie mechanizmu naśladownictwa jako sposobu uczenia się.

W przypadku wystąpienia zachowań agresywnych szczególnie ważne jest rozpoznanie i zdiagnozowanie sytuacji w klasie, gdzie agresja stała się problemem; wyjaśnienie zdarzenia - wysłuchanie dwóch stron i sprawcy, i ofiary - przedsięwzięcie szybkiego, właściwego działania. Warto sobie zdawać sprawę z tego, że agresywne zachowania uczniów służą m.in.:

- odreagowaniu złości, wyżycia się,
- osiągnięciu jakiegoś celu,
- zwrócenie na siebie uwagi,
- zaspokojenie potrzeb,
- rozładowanie lęków i napięć,
- demonstracji siły,
- maskowaniu lęku i słabości,
- zdobyciu akceptacji grupy,
- odpowiedzi na agresję "przemoc rodzi przemoc".

Często rodzina wpływa na tworzenie się u dzieci modelu zachowań agresywnych. Uczniowie, którzy czują się bezpiecznie w swoich relacjach z rodzicami i mają zaspokojone potrzeby, szczególnie bezpieczeństwa, miłości i uznania, są z reguły mniej agresywni.

Analizując sposoby przeciwdziałania przemocy w szkole należy zwrócić uwagę na zasadność działań profilaktycznych, rozumianych jako oddziaływanie wychowawcze mające na celu wyposażenie uczniów w konkretne umiejętności w zakresie komunikacji interpersonalnej, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania problemów, samopoznania i kontroli emocjonalnej.

Podstawowym warunkiem skuteczności działań mających na celu przeciwdziałanie przemocy w szkole jest uświadomienie sobie przez nauczycieli, uczniów i rodziców wagi problemu oraz wysoka motywacja do podjęcia skutecznych działań zmierzających do zmniejszenia częstotliwości zachowań agresywnych (nie tylko uczniów, ale również rodziców i nauczycieli). Ponieważ agresji nie jest się w stanie zatrzymać, trzeba ją tylko ukierunkować, żeby znalazła bezpieczne ujście, bo radzenie sobie z agresją to umiejętność radzenia sobie z emocjami. Niezmiernie ważne jest pozyskanie rodziców do zabiegów zmierzających do likwidowania zachowań agresywnych oraz przeciwdziałania ich powstawaniu i utrwalaniu. Często w szkole odbywają się prelekcje dla rodziców, prowadzone przez psychologów dla rodziców uczniów kilku klas. Problematykę agresji warto jednak poruszyć podczas zebrań z rodzicami danej klasy.

ZACHOWANIA AGRESYWNE W KONTEKŚCIE PRAKTYKI SZKOLNEJ

Ostatnio wyraźnie wzrosło zainteresowanie nauczycieli problematyką dotyczącą zachowań agresywnych. Wynika to w prosty sposób ze wzrostu liczby zachowań agresywnych. Część szkół boryka się z agresją uczniów w mniej lub bardziej brutalnych formach na co dzień, inne sporadycznie. Niektórzy szukają więc sposobów na interwencję wobec takich zachowań. Inni, widząc wokoło falę przemocy, próbują szukać sposobów na to, by chronić uczniów i nauczycieli przed tym zjawiskiem, pytają o metody pracy profilaktycznej.

Zastanówmy się więc, jak radzić sobie z agresją w szkole? Czy są na to recepty, czy łatwo je stosować?

Pierwszą i fundamentalną sprawą, jaka łączy się z tematem agresji, jest sprawa norm i zasad.

Wydaje się to być oczywiste, a jednak...

Przecież każda szkoła ma regulamin, normy i zasady oraz konsekwencje związane z ich łamaniem. Każda szkoła prowadzi też jakąś strategię wychowawczą, nie zawsze zgodną z zawartymi w regulaminie zapisami. - Jakie są zasady i normy w szkole, na co można sobie pozwolić, czy będą jakieś konsekwencje, jeśli złamię określoną normę? - to pytania, na które uczniowie doskonale znają odpowiedź. Wiele szkół świetnie radzi sobie z jasnym określeniem zasad i norm, sformułowaniem konsekwencji oraz ich respektowaniem. Inne mają trudności w precyzowaniu konsekwencji, albo dbaniu o ich przestrzeganie. Gdzieś po drodze od zasad do ponoszenia konsekwencji jest luka, którą uczniowie doskonale "wyłapują" i pozwalają sobie na to, na co szkoła im pozwala. Trudno czasem uwierzyć, że dla tego wychowanka, który może wydaje się nam "biedny" z tego czy innego powodu albo niemożliwie krnąbrny i nie do opanowania,

dobry wpływ może mieć fakt, że doświadczy poniesienia konsekwencji swojego zachowania. Za to łatwo obserwować, jak uczniowie czując się bezkarni rozwijają coraz bardziej repertuar swoich karygodnych zachowań i agresja zatacza coraz szersze koło.

Praktyka uczy, że pierwszą "receptą" na radzenie sobie z agresją w szkole jest stworzenie jasnego i przewidywalnego dla uczniów środowiska wychowawczego - jasne zasady, normy i ich konsekwencje oraz respektowanie tych konsekwencji w przypadku łamania norm. Warto więc sprecyzować taki system norm w szkole, by wiązał się on z konkretnymi konsekwencjami oraz troszczyć się wspólnie o jednomyślne ich przestrzeganie. Jednomyślność powinna dotyczyć całego personelu szkoły, zarówno kadry pedagogicznej jak i personelu pomocniczego. Opłaca się więc zainwestować czas w integrację zespołu i tworzenie programu wychowawczego, do którego każdy mógłby odnosić się w praktyce. Uzasadnienie znajduje szukanie takich form szkoleniowych dla dyrektorów, które pozwalają nabyć umiejętności mądrego zarządzania zespołem, owocujące rzetelną współpracą i jednomyślnością działania.

Równie istotne dla radzenia sobie z agresją w szkole jest budowanie więzi.

Jeśli mam dobry, osobisty kontakt z drugą osobą, trudniej mi zachować się wobec niej agresywnie. Anonimowość sprzyja agresji, a personalny kontakt zmniejsza częstotliwość zachowań agresywnych. Z tego założenia wynika więc potrzeba budowania więzi w szkole, i to na kilku płaszczyznach.

Pierwszą płaszczyzną w pracy wychowawczej będzie pomaganie uczniom w budowaniu lepszych relacji.

Nauczyciel może zadbać o integrację klasy, gdy uczniowie przychodzą nie znając się nawzajem, i pogłębiać relacje poprzez integrację zadaniową. Należy wyjść z założenia, że uczniowie lepiej się znając będą skuteczniej współpracowali ze sobą, równocześnie będą mieli mniej powodów do zachowań agresywnych. Znając lepiej sami siebie, nauczą się skuteczniej radzić sobie z własnymi emocjami. Tak więc w budowaniu więzi mamy na względzie w pierwszym rzędzie wspieranie relacji uczeń-uczeń.

Drugą płaszczyzną budowania relacji, pomocną w radzeniu sobie z zachowaniami agresywnymi, jest kontakt nauczyciel-uczeń.

Gdy konkretny uczeń sprawia nam w klasie szczególne problemy, warto spotkać się z nim poza kontekstem klasy. Zachowania agresywne ucznia na forum klasy często są sposobem walki o pozycję w klasie i wtedy uczeń za wszelką cenę nie chce z nauczycielem "przegrać". Nauczyciel też nie może sobie pozwolić na "przegraną". Sposobem na poradzenie sobie jest konkretne odniesienie się do złamanej normy i wskazanie na konsekwencję, jaka będzie z tym związana oraz umówienie się z uczniem na dalszy kontakt. Większość uczniów w takim indywidualnym kontakcie, poza klasą, okazuje się być znacznie mniej wojowniczymi i skłonny do normalnej rozmowy. Jeśli spotykamy się z uczniem, warto znać cel takiej rozmowy i zadbać o spokojne miejsce i czas. Pamiętajmy, że nawet jeśli spotykamy się, by rozmawiać o konsekwencjach, czas spotkania możemy również wykorzystać na normalną rozmowę

z uczniem o innych rzeczach, co pozwoli nam na nawiązanie z nim osobowej więzi. Jeśli uczeń szczególnie wydaje się być "trudny", przygotujmy się do rozmowy zbierając informacje o jego pozytywach (każdy ma takie, nawet największy w naszej opinii "rzezimieszek") i zacznijmy rozmowę od tych plusów; potem przejdźmy do oczekiwań i konsekwencji. Większość nauczycieli obserwuje, że mając nić osobistego kontaktu z wychowankiem łatwiej jest radzić sobie z nim na lekcji, nawet jeżeli zaczyna zachowywać się niewłaściwie.

Trzecia płaszczyzna relacji nauczyciel-nauczyciel.

Agresja budzi w wychowawcach silne emocje i chęć zachowań, jakich często nie można zaakceptować ze względu na normy społeczne, czy współczesne realia szkolne. Nauczyciel w przypadku agresji ucznia wobec siebie czy też wobec innych uczniów może doświadczać nie tylko złości, gniewu, rozczarowania czy żalu, ale przede wszystkim lęku, i to bardzo mocnego, choć może nie uświadomianego wyraźnie. Lęk ten dotyczyć może w pierwszym rzędzie obawy o bezpieczeństwo uczniów, własnych dzieci, samochodu lub nawet własne, gdy fizycznie trzeba wkroczyć, by rozdzielić wychowanków, nierzadko silniejszych od siebie. Wychowawca boi się, że sobie z sytuacją nie poradzi i straci autorytet, koledzy przestaną go szanować, wreszcie dyrektor się dowie i może stracić pracę, a o nową nie jest łatwo. Lęk związany z zachowaniami agresywnymi uczniów jest bardzo egzystencjalny i może utrudniać adekwatne reakcje i skuteczne radzenie sobie z agresją.

Metodą radzenia sobie będą tutaj wszelkie formy wzajemnego wsparcia między nauczycielami - tworzenie atmosfery bezpieczeństwa w zespole i troska o zorganizowane spotkania, na którym można wspólnie pracować nad "trudnymi przypadkami". Nie ma nic bardziej obciążającego jak rozmowa w gronie kolegów o problemach z agresją ucznia (tu potrzebna jest dobra atmosfera, by móc o tym swobodnie rozmawiać), wysłuchanie jak inni radzą sobie lub jak sobie nie radzą w kontakcie z tym samym uczniem. Nie ma nic bardziej pomocnego jak wspólne szukanie dróg wyjścia z sytuacji i po pewnym czasie wspólne weryfikowanie podjętych działań.

W pracy z nauczycielami na temat agresji najcenniejsze jest ujawnianie lęków kryjących się w problemach z agresją i odkrywanie przez zespół, że mają w sobie mądrość pozwalającą na poradzenie sobie w najtrudniejszych nawet sytuacjach. Odkrycie własnych emocji, uświadomienie sobie, że inni przeżywają podobnie jest krokiem w kierunku wzajemnej szczerości i rzetelnej wymiany doświadczeń oraz szukania wspólnych rozwiązań.

Tak więc recepty wydają się być proste i oczywiste, ale czasem trudno wcielić je w życie. Skuteczne radzenie sobie z agresją nie jest jednak możliwe bez jasnych norm i konsekwencji oraz troski o budowanie relacji między uczniami i nauczycielami.

NAKAZY – ZAKAZY – KARY

Szkoła odgrywa szczególną rolę w procesie kształcenia osobowości dzieci i młodzieży. Jednak nie można szkoły w całości obciążać odpowiedzialnością za zjawisko agresji i przemocy, ponieważ rolą szkoły jest wspomaganie wychowawczej roli rodziny. A to właśnie świat ludzi dorosłych rodzi powstawanie problemów wychowawczych u dzieci i młodzieży.

"Największym problemem wychowawczym nie jest to, że młodzież nie słucha dorosłych, ale że ich naśladuje w tym, co złe i dobre"¹.

Dewaluują się tradycyjne wartości, zacierają granice między dobrem a złem. W życiu codziennym zaczyna dominować pieniądź i brutalna siła.

Rodzice goniąc za zarobkami, tracą kontakt ze swoimi dziećmi. Te z kolei, nie mogąc zaspokoić elementarnych potrzeb w rodzinie - potrzeby miłości, akceptacji, rozmowy - przyłączają się do grup nieformalnych, uciekają w świat alkoholu i przemocy, chcąc wykrzyknąć to wszystko, co ich boli.

Szkoła może skutecznie wychowywać tylko wspólnie z rodzicami, bez takiej współpracy wychowanie szkolne nie ma żadnych szans. Nikt nie zwolni dorosłych z obowiązku wychowywania młodego pokolenia.

Istotą szkoły jest stawianie wymagań służących rozwojowi młodego człowieka. Wymagania te, nie zawsze dostosowane do możliwości psychofizycznych dzieci i młodzieży, powodują porażki, niepowodzenia, a reakcją obronną są przejawy buntu, zniechęcenia i agresji.

Te reakcje obronne dziecka zaczynają denerwować. Nauczyciel konsultuje się z pedagogiem, rodzicami i zaczynają wspólne dociekania o przyczyny, obwiniając m.in. ucznia za jego lenistwo, krnąbrność, złośliwość, upór.

Dobrze, jeżeli szczerą rozmową, w klimacie wzajemnego zaufania, wyłoni prawdziwą przyczynę niepowodzeń ucznia, wtedy przy mądrym postępowaniu można ten mechanizm zatrzymać.

A co się stanie, jeżeli jedynym winowajcą pozostanie uczeń?

Świadomość posiadanej władzy nad dzieckiem, którą mają rodzice i nauczyciele sprzyja takim zachowaniom dorosłych, jak szydzenie, wyśmiewanie, poniżanie dziecka.

¹ "Stanowisko Kuratorium Oświaty wobec przemocy", Wydział Kształcenia Ogólnego i Opieki Kuratorium Oświaty w Gdańsku, Gdańsk 1996.

Inny sposób powstrzymania dziecka od niebezpiecznych zachowań to nakazy i zakazy. Jest rzeczą oczywistą, że nakaz i zakaz są nieodzowne w życiu człowieka, lecz zbyt częste i dotyczące najbardziej elementarnych potrzeb dziecka prowadzą do niebezpiecznych następstw² - ucieczki z domu, próby samobójcze. "Nakazy mają na celu bezpośrednio ukierunkowanie mającej nastąpić działalności dziecka zgodnie z życzeniami rodziców, a często wbrew woli dziecka" (np. dzisiaj, po powrocie ze szkoły masz zjeść obiad i będziesz się uczył aż do wieczora, a ja sprawdzę, czego się nauczyłeś). Poprzez różne formy nakazu naciskamy na dziecko, zmuszając je do nauki, posłuszeństwa, pokory, nie zważając na psychofizyczne uwarunkowania procesu rozwojowego dziecka.

Zakaz natomiast ma powstrzymać dziecko przed określonym działaniem. Oba te sposoby ingerowania w zachowanie dziecka wyrażone są krótką formą słowną, oraz mniej lub bardziej ostrym tonem. Niejednokrotnie zakaz poparty jest groźbą kary.

Rodzice równie często jak nakazy i zakazy stawiają dziecku warunki, chcąc tą drogą zmobilizować je do większego wysiłku i lepszych osiągnięć np. "Od tej chwili nie będę się do ciebie odzywała, odezwę się pod warunkiem, że przyniesiesz piątkę z języka polskiego".

Takich przykładów jest wiele, lecz najgorsze są te uwarunkowania, które ograniczają podstawowe potrzeby dziecka.

"Dysfunkcjonalne rodziny nie uznają i nie szanują faktu, że dzieci - tak jak wszystkie ludzkie istoty - są niedoskonałe. Dzieci są atakowane za swoją niedoskonałość i nieustannie otrzymują komunikat, że niedoskonałość jest czymś nienormalnym. Na to domaganie się doskonałości ze strony rodziców mogą zareagować w dwojaki sposób. Mogą starać się zaspokoić to żądanie, wyzbywając się swoich naturalnych cech, a stając się "idealnymi małymi dorosłymi. Mogą też czuć się przytłoczone niemożliwymi do spełnienia oczekiwaniami rodziców i zbuntować się, odmawiając współpracy, a następnie wypracowując w sobie cechy przeciwne tym, jakich oczekiwali od nich rodzice. Rodzice mówią o nich: "złe, albo "zbuntowane dzieci"³.

Często przyklejamy etykietę "trudnego dziecka temu, które w istocie wcale nie jest trudnym, a tylko zostało obdarzone przez naturę witalnością, spostrzegawczością, ruchliwością. Oto porównanie, którego użył S. Łastik w swojej książce "... najmniej wartościowe rasy koni dają się łatwo osiodłać, idą niemal bez sprzeciwu w zaprzęgu i najmniejszy ruch lejca nadaje im kierunek.

² Józefa Pielkowa, Jak im pomóc?, Seria RODZINA I DOM, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa, 1981, s. 115.

³ Pia Mellody, Toksyczne związki - anatomia i terapia współzależnienia, Warszawa, 1993, s. 83.

Inaczej jest z rasowymi źrebkami: stają dęba, zrzucą jeźdźca - trzeba wielkich umiejętności, taktu, wyrozumiałości i serdeczności, by wymóc posłuszeństwo tych pełnych buntu i energii zwierząt. Patrząc na wierzgającego źrebaka mówimy z zachwytem: "światny koń, wspaniała rasa. A gdy dziecko wierzga, dokazuje, nie chce wejść w kierat obowiązków - zamiast zdobyć się na maksimum wysiłku, cierpliwości i taktu - straszymy, besztamy, skarżymy się albo wpadamy w panikę i opuszczamy bezradnie ręce"⁴.

A gdy przychodzi czas dojrzewania, kiedy wrażliwość dziecka potęguje się, wzrasta wstydliwość, występuje opryskliwość i krnąbrność - wówczas u rodziców nie przygotowanych, nie zdających sobie sprawy z trudnego okresu rozwojowego ich dziecka, zaczyna się czas walki z niedobrym, "trudnym dzieckiem, co jest brzemiennie w najfatalniejsze skutki.

"Najłatwiej jest wymierzać dziecku karę fizyczną, bo po prostu nie trzeba nad nią myśleć. Ale w wychowaniu nie może być miejsca na bezmyślność. Każda kara musi być głęboko przemyślana i uzasadniona".

Często zdarza się, że dziecko zostaje ukarane (fizycznie lub psychicznie) za to, że jest małe i nieporadne, np. czteroletnia dziewczynka rozlewa mleko, jej matka atakuje ją mówiąc "Wstydź się, tak rozlewać mleko. Jesteś nieznośna i zła. Dobre dziewczynki nie rozlewają mleka. Nigdy tego nie rób.

"Dobierając rodzaj kary, należy uwzględnić wiek dziecka i cechy jego osobowości. W stosunku do dziecka wrażliwego wystarczającą karą będzie sama dezaprobata wyrażona w słowach lub w sposobie bycia rodziców. Mocniejsze będzie umocnienie słowne, rzeczowa wymówka lub nagana w tonie ostrym, lecz wolnym od gniewu i uniesienia".

Najczęściej stosowanym środkiem karania jest bicie, a więc przemoc fizyczna. Rodzice uzasadniają stosowanie tego środka, mówiąc np. "Jak się ma takie dziecko, to bez bicia się nie obejdzie, "On by nam na głowę wszedł, jakby nie dostał, "On by przewrócił cały dom, tylko pasem można go uspokoić. W tym wypadku nie ma co doszukiwać się atmosfery akceptacji czy miłości.

Bicie dzieci daje najczęściej efekty pozorne i krótkotrwałe, pozostawia skutki wyraźnie ujemne. U dzieci w ten sposób karanych pogłębiają się zaburzenia, powstaje poczucie zagrożenia, trwałe lęki, głębokie urazy psychiczne, kompleksy trwające całe życie, poczucie osamotnienia, niższości, niewiary we własne siły, nieufność wobec ludzi, zamykanie się w sobie, chęć zemsty, agresywność. Dzieci w obawie przed biciem kłamią, uciekają z domu.

A w szkole? No cóż, tu też spotyka się różne formy przemocy fizycznej.

⁴ Salomon Łastik, Trudni rodzice, Czytelnik, Warszawa, 1967, s. 13.

"Dorastanie to okres ciągłych zmian. Utrudniają one ustabilizowanie poczucia własnej godności i odnalezienia celu swego istnienia. Szukanie akceptacji jest dla nastolatka ciągłą walką"⁵. Choć większość nastolatków nie chce się do tego przyznać, tym, czego najbardziej potrzebują, jest akceptacja, aprobata i uwaga rodziców. Jeżeli nie zaspokoją swoich potrzeb w domu, szukają ich spełnienia poza nim, szukają grupy, która ich zaakceptuje. W zależności, do jakiej grupy trafią, starają się w niej zaistnieć (często poprzez przemoc, kradzieże) byleby spotkać się z aprobatą.

Problem młodzieży "trudnej, "innej to problem istniejący od lat, tak samo jak sposoby naginania ich do pokory.

Klimat panujący w rodzinie ma wielkie znaczenie wychowawcze, na równi ze szkołą i otoczeniem ze swoimi przejawami przemocy i agresji.

A dziecko jak gąbka wchłania wszelkie formy przymusu, nacisku, przemocy stosowanej przez dorosłych, starszych kolegów, rówieśników i w momencie niepowodzenia wybucha, wyładowując złość najpierw na przedmiotach, później na kolegach i dorosłych.

"Wydaje się, że przemoc zalewa kolejno, jeden po drugim wszystkie sektory życia społecznego... Nawet sport... Takie właśnie widowisko gromadzi tłumy widzów... Przemoc obecna jest w różnych formach artystycznego wyrazu... Rzeźba, malarstwo, muzyka i taniec, to możliwość ujawnienia się agresji dotąd skrywanej... O miejscu przemocy w świecie współczesnym świadczy również wybór tematów i bezwzględność obrazów dzisiejszego kina".

I cóż, gdzie miejsce w tym przytłaczającym swą agresją świecie dla dorastającej młodzieży?

A my - nauczyciele, pedagodzy, rodzice, sami zagubieni w poszukiwaniu nowych wartości (skoro stare straciły "ważność") musimy stanąć na wysokości zadania i "okiełznać wierzgające dzieci, sposobami dalekimi od przemocy.

"... Nie sztuka nawet złemu nauczycielowi nauczyć dziecko, które samo chłonie wiedzę i lubi pracować. Pedagog, wychowawca, ojciec i matka wtedy zdają egzamin swojej przydatności, gdy potrafią przyuczyć do systematycznej pracy i wpoić zasady moralne dziecku wierzgającemu"⁶.

A zatem wszyscy powinniśmy się zjednoczyć w naszych działaniach, aby stanąć na wysokości zadania.

⁵ T. Miltchel Anthony, Dlaczego? Samobójstwo i inne zagrożenia wieku dorastania, Oficyna Wydawnicza VOCATIO, Warszawa, 1994, s. 66.

⁶ Salomon Łastik, Trudni rodzice, Czytelnik, Warszawa, 1967, s. 114.

BIBLIOGRAFIA

1. "Stanowisko Kuratorium Oświaty wobec przemocy", Wydział Kształcenia Ogólnego i Opieki Kuratorium Oświaty w Gdańsku, Gdańsk 1996.
2. Józefa Pielkova, Jak im pomóc?, Seria RODZINA I DOM, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa, 1981, s. 115.
3. Pia Mellody, Toksyczne związki - anatomia i terapia współzależnienia, Warszawa, 1993, s. 83.
4. T. Mitchel Anthony, Dlaczego? Samobójstwo i inne zagrożenia wieku dorastania, Oficyna Wydawnicza VOCATIO, Warszawa, 1994, s. 66.
5. Red. Alain Peyrefitt, Społeczeństwo wobec przemocy, PWN, Warszawa, 1982, s. 82.
6. Salomon Łastik, Trudni rodzice, Czytelnik, Warszawa, 1967, s. 114.