

## Še žal ti bo! Spijt! 12+

*pedagoško gradivo*

avtorica Katja Žugman



### kazalo

uvodna beseda.....	3
<b>o filmu.....</b>	<b>3</b>
filmografski podatki .....	3
krajša vsebina .....	4
daljša vsebina.....	4
o avtorju.....	7

iz prve roke .....	8
<b>branje za strokovne delavce in starše .....</b>	<b>9</b>
medvrstniško nasilje .....	9
kako lahko pomagamo? .....	10
vloga strokovnih delavcev in drugih odraslih.....	11
<b>izhodišča za pogovor o filmu .....</b>	<b>13</b>
medvrstniško nasilje .....	13
prijateljstvo, medsebojna pomoč .....	14
zaljubljenost.....	14
odnos s starši in učitelji .....	15
soočanje s težavami in stiskami.....	16
samomor in občutki (ob)žalovanja .....	17
<b>dodatne dejavnosti.....</b>	<b>18</b>
<b>seznam virov in druga priporočena literatura za strokovne delavce in starše.....</b>	<b>19</b>

Art kino mreža Slovenije in Kinodvor dovoljujeta in spodbujata nadaljnjo uporabo gradiva v filmsko-vzgojne namene. Veseli bomo vaših odzivov, poročil o uporabi, konkretnih učnih priprav na film, predlogov in pripomb. Gradivo je oblikovano kot pomoč staršem ali strokovnim delavcem v vzgojno-izobraževalnih ustanovah. Za vse druge uporabe nam pošljite pisno prošnjo na [kinobalon@kinodvor.org](mailto:kinobalon@kinodvor.org).

Kolofon | **Še žal ti bo!** • Gradivo za učitelje in starše Kinobalon • Avtorica: Katja Žugman • Uredila: Živa Jurančič • Jezikovni pregled: Mojca Hudolin • Slikovno gradivo: arhiv Kinodvora • Izdala v elektronski obliki: Art kino mreža Slovenije in Javni zavod Kinodvor, 2014

Pedagoško gradivo je nastalo v okviru **Nacionalnega filmsko-vzgojnega programa**, ki se izvaja ob strokovni podpori Kinobalona v Kinodvoru.

Operacijo delno financira Evropska unija, in sicer iz Evropskega socialnega sklada. Operacija se izvaja v okviru OP RČV, razvojne prioritete »Enakost možnosti in spodbujanje socialne vključenosti«, prednostne usmeritve »Dvig zaposljivosti ranljivih družbenih skupin na področju kulture in podpora socialni vključenosti«.

## uvodna beseda

Film **Še žal ti bo!** se dotika pereče teme medvrstniškega nasilja. Popelje nas v svet mladostnikov, ki ob soočanju z nasiljem bijejo notranje boje in se ob tem srečujejo še z drugimi izzivi odraščanja, kot so prve ljubezni, zapletenost odnosov, želja po pripadnosti ... V pedagoškem gradivu avtorica Katja Žugman, specialistka za mladinsko delo v Javnem zavodu Mladi zmaji, opredeli medvrstniško nasilje kot skupinski pojav, ki se dotika vseh, ne le izvajalca nasilja in njegove žrtve, pri tem pa izpostavlja pomembno vlogo odraslih pri preprečevanju nasilja. Poleg strokovnega prispevka najdete na koncu pedagoškega gradiva tudi seznam virov in drugo priporočeno literaturo, ki vam lahko pomaga pri soočanju z različnimi oblikami nasilja med mladimi in z njihovimi stiskami. V poglavju »Izhodišča za pogovor o filmu« navajamo teme, ki jih lahko v razredu ali kinodvorani obravnavamo z večjim številom učencev in dijakov. Pri tem poskrbimo za varen prostor razprave, kjer se posameznikom ni treba izpostavljati s svojimi zgodbami. Šolska svetovalna služba, pedagogi in vzgojitelji manjših skupin ter starši pa lahko film uporabijo za poglobljen pogovor, tudi o osebnih izkušnjah in stiskah.

## o filmu

### filmografski podatki

slovenski naslov **Še žal ti bo!**

izvirni naslov **Spijt!**

**država produkcije** Nizozemska

**leto produkcije** 2013

**tehnični podatki** DCP, barvni igrani film, 95 minut

**jezik** v nizozemščini s slovenskimi podnapisi

**režija** Dave Schram

**scenarij** Maria Peters, Dick van den Heuve



**Kinodvor.**  
Mestni kino.



**fotografija** Erwin Steen

**igrajo** Robin Boissevain, Stefan Collier, Dorus Witte, Charlotte Bakker, Gregory Samson

**glasba** Herman Witkam

**montaža** Robin de Jong

**produkcija** Maria Peters, Hans Pos, Danielle Guirguis

**distribucija** Demiurg

### **festivali, nagrade**

Film je v letu 2014 prejel nagrado Evropske filmske akademije po izboru mladega občinstva. Žirijo so sestavljali mladi iz sedemnajstih držav, med njimi tudi iz Slovenije.

Camerio – nagrada za najboljši celovečerni film v kategoriji 13+ in nagrada občinstva – Carousell International du Film de Rimouski, Quebec 2013. Lucas Children and Youth Film Festival, Frankfurt 2013. Juniorfest, Plzeň 2013. Children's Film Fest, Bonn 2013. Nagrada za mladinski film in nagrada *fair play* – SCHLINGEL, Chemnitz 2013. Nagrada za mladinski film – BUFF, Malmö 2014. JUNIOR, Stockholm 2014. Nagrada občinstva – TIFF Kids Toronto 2014.

### **krajša vsebina**

Življenje v šoli za Jochema ni enostavno. Sanne in njena dva prijatelja nad njim izvajajo nasilje. Razrednik Tino si želi biti najbolj simpatičen učitelj na šoli in zato ne prevzame odgovornosti za nasilje, ki mu je priča. Jochemova edina prijateljica sta Vera in David, včasih prezaposlena z medsebojnimi peripetijami. Tako niti ne želita videti, da je na šolski zabavi Jochem v izjemno težkem položaju. Naslednje jutro jih ravnatelj obvesti, da se po zabavi Jochem ni vrnil domov...

### **daljša vsebina**

Razred srednješolcev na športnem taboru. Pri sestavljanju ekipe za košarkarsko tekmo Jochem ostaja zadnji na klopi. Nihče od sošolcev ga ne želi v svoji ekipi. Po odigrani tekmi



**Kinodvor.**  
Mestni kino.



sledi skupinsko fotografiranje razreda, a Jochema na fotografiji ni. Dva sošolca sta skrila njegova oblačila in tako ne more iz oblačilnice.

Pred spanjem, ko so že vsi sošolci v postelji, Jochem piše dnevnik, na roki si ugasne cigareto. Nanj se več čas spravljajo trije sošolci – Sanne, Justin in Remco. Na kolesarskem izletu naslednji dan Jochem najde zapuščenega in ranjenega kužka. Pokliče pomoč in ga spremlja v zavetišče, kjer mu rešijo življenje.

Tudi David je Jochemov sošolec. Opaža nasilno vedenje sošolcev nad Jochemom in ni mu všeč, kar se dogaja. Ko Jochem nekega dne pri šolskem kosilu po nesreči polije Sanne s čokoladnim mlekom, se po končanem pouku Sanne, Justin in Remco spravijo nad njegovo kolo. Temu so priča David in njegova prijateljca. Slednja menita, da si Jochem to zasluži, David pa se prvič postavi Jochemu v bran. Sanne zagrozi tudi njemu in mu z izvijačem preluknja zračnico.

Isti dan se Jochem peš odpravi v pasje zavetišče, odločen, da najdenega kužka posvoji. Tam sreča sošolko Vera, ki v zavetišču pomaga kot prostovoljka. Sprva je do Jochema zadržana in nezaupljiva, nato pa mu le razkaže prostore zavetišča. Navduši ga za prostovoljno delo in kmalu tudi sam začne pomagati.

V šoli se nasilje nad Jochemom nadaljuje. Sanne mu pred poukom izmakne učbenik in ga kot svojega ponudi Davidu, ki šele sredi šolske ure ugotovi, kaj se je zares zgodilo. Kljub temu se ne izpostavi jezi profesorice in ne pove resnice. Namesto njega je kaznovan Jochem, ki mora tri dni po pouku ostajati v šoli. V tem času Vera in Jochem skupaj pomagata v zavetišču in Vera opazi rane na njegovih rokah. Jochem se izgovori, da se je poškodoval, ker je stal preblizu ognja. Skupaj preživljata vedno več časa. Vera ga navduši za zdravo prehrano, hodita na sprehode, se pogovarjata, smejeta. Jochemu je Vera vse bolj všeč. A kaj ko je Vera všeč tudi Davidu – in David je všeč Veri. Kljub vzajemni simpatiji pa si te ne znata izkazati in oba postajata ljubosumna. David zato, ker Vera preživlja čas z Jochemom, Vera pa, ker David vedno več časa preživlja z novo pevko njihove glasbene skupine. Ob skupnem obisku kina se Vera raje usede zraven Nielsa in njeno vedenje Davida vznemirja. Ko se ta večer vrne domov, ga mama vpraša, ali bi lahko napisala članek o njihovi šoli, vendar jo David zavrne.

Nasilje v šoli se stopnjuje vse do pretepa. Jochemova mama je ob pogledu na sinove modrice po obrazu odločena, da nasilju v šoli naredi konec in želi poklicati ravnatelja. Jochem pa jo v strahu pred zasmehovanjem prepriča, da tega ne stori.

Ko se po dveh tednih vrne nazaj v šolo, učitelj Tino učencem deli šolske fotografije in naznani šolsko zabavo na svojem domu. Sanne vzame Jochemovo fotografijo, jo nalepi v zvezek in napiše »Tukaj počiva Jochem«. Nihče v razredu ne stori ničesar, tudi učitelju se vse zdi le šala. Le Vera se oglasi in zabrusi sošolcem, naj prenehajo. Ko se spravijo še nadnjo, jezno odide iz razreda. Jezna ni le na Sanne in njeno družčino, temveč tudi na Jochemo, ker se ne brani.

Naslednji dan po šoli David v trgovini sreča Jochemovo mamo. Začudena je, da ga vidi samega, saj je prepričana, da se z Jochemom po šoli skupaj učita. Naslednji dan po pouku David sledi Jochemu in ugotovi, da namesto Justina raznaša časopis. Sanne, Justin in Remco so mu namreč obljubili, da ga bodo pustili pri miru, ko bo odplačal svoj »dolg«. David vse bolj premišljuje, ali naj se vendarle obrne na mamo in ji zaupa, kaj se v šoli dogaja. Namesto tega se odloči, da bo težave raje rešil z glasbo. Za šolsko zabavo napiše prav posebno pesem, naslednje jutro pa priskoči Jochemu na pomoč pri raznašanju časopisov. Skupaj preživita lepo dopoldne in David ga prepriča, naj pride naslednji dan na zabavo. Obljubi mu, da mu bo pomagal, in pove, da je glasba njegova rešitev za vse.

Na zabavi se Jochem izpove Veri, vendar ga ta zavrne. Glasbena skupina odigra novo pesem, ki poziva k ukrepanju glede nasilja med njimi. A dogajanje se začne zapletati. Sanne, Remco in Justin se zopet spravijo na Jochemo in ga silijo v pitje alkohola. Pijani Jochem išče Verino pomoč, a ta misli, da jo zasleduje. Z Nielsom se skriva v shrambo, kjer ju med poljubljanjem ujame David. Jezen in močno vznemirjen zapusti zabavo. Med odhajanjem sliši Jochemov klic na pomoč, a se ne ustavi.

Naslednje jutro ravnatelj razredu sporoči, da se Jochem ni vrnil domov. David in Vera se odpravita na iskanje. Obiščeta tudi Sanne in spoznata, da mora skrbeti za svojega očeta na invalidskem vozičku. Na njuna vprašanja o Jochemu in dogodkih na zabavi jima osorno odvrne z očitkom, da mu tudi onadva nista bila v pomoč in podporo – ravno nasprotno! Prav zato imata zdaj občutke krivde, s katerimi sama ne želi imeti nič.

Jochemo ob koncu dneva najdejo v jezeru in vse pretrese dejstvo, da je storil samomor. Kmalu po tem David po naključju odkrije, da je bil Jochem zelo nadarjen pianist, ki se je učil pri njegovi babici. Počuti se krivega za njegovo smrt in naslednji dan obišče njegova starša. Tam izve, da je Jochem načrtoval samomor že nekaj časa. Svojo mamo prosi, da o tragičnih dogodkih na šoli napiše članek in izjave dajo vsi Jochemovi sošolci, tudi Justin. Članek zaokroži med vsemi učenci in strokovnimi delavci na šoli. Vodstvo šole učitelja Tina pošlje

na prisilni dopust. Tudi on se čuti krivega, obenem pa je jezen na vodstvo šole, saj ima občutek, da so vso krivdo zvalili le nanj.

Na šolski žalni slovesnosti pred vsemi prisotnimi David razkrije, da je bil Jochem nadarjen pianist. Razkrije pa tudi, da so ga na zabavi silili v pitje alkohola. Dokaz za to so fotografije, ki mu jih je posredoval učitelj Tino. Sanne zapusti slovesnost, Justin in Remco pa se odločita, da ji tokrat ne bosta več sledila. Ob koncu slovesnosti se vsi zberejo ob jezeru, v nebo spustijo bele balone in se tako poslovijo od Jochema.



### o avtorju

Dave Schram je v svetu filma prisoten že vrsto let, predvsem kot producent in režiser. Leta 1987 je skupaj z Mario Peters in Hansom Posom ustanovil produkcijsko hišo Shooting Star Film, v okviru katere je med drugim nastal film **Sonny Boy**, nizozemski kandidat za oskarja v letu 2012. Kot režiser je posnel številne filmske adaptacije literarnih del nizozemske mladinske pisateljice Carry Slee, med katere sodi tudi film **Še žal ti bo!**.

## iz prve roke

»Šest let nazaj, ko smo prvič želeli narediti film po eni izmed mladinskih knjig Carry Slee, je bila njena največja želja na filmskem platnu videti *Še žal ti bo!*. /.../ Zaradi težke tematike medvrstniškega nasilja je trajalo kar pet let, preden je Maria Peters (s soscenaristom Dickom van den Heuvelom) sprejela izziv in pripravila scenarij za filmsko priredbo.«

»Žal je medvrstniško nasilje pereča tematika, ki na različne načine vpliva na vse. Dotika se treh skupin: izvajalcev nasilja, žrtev in opazovalcev, ki se v dogajanje ne vmešavajo. **Še žal ti bo!** je film o možni četrti skupini – o vrstnikih, ki se odločijo postaviti za svoje sošolce, žrtve nasilja. Za prav to skupino sem želel ustvariti film **Še žal ti bo!**. Pomembno je namreč, da se ne skrijemo v ozadje in da se zavedamo možnih posledic.«

»Po branju knjige in scenarija sem bil prepričan: **Še žal ti bo!** mora biti posnet in vesel sem, da smo pri tem uspeli.«

- Dave Schrame, režiser



## branje za strokovne delavce in starše

### medvrstniško nasilje

Pri medvrstniškem nasilju gre za širok spekter nasilnih dejanj med vrstniki. Ena ali več oseb jih izvaja/jo nad posameznikom, ki ga storilci doživljajo kot šibkejšega; nasilje se dogaja daljši čas. Vedno je prisotna neenakomerna razporeditev moči. Prejemnik nasilja se ne more braniti, občuti strah in nemoč. Nasilna dejanja se kažejo skozi verbalno nasilje (zbadanje, posmehovanje, omalovaževanje, grožnje, izzivanje, žaljenje, zmerjanje ...), socialno nasilje (izključevanje iz dejavnosti, obrekovanje in širjenje govoric, pritisk na druge, da se ne družijo z določeno osebo, stigmatizacija), psihično nasilje (kraja in oškodovanje lastnine, svareči pogledi, zasledovanje, grožnje ...), fizično nasilje (porivanje, udarci, povzročanje bolečine, odtegnitev osebnih stvari, fizično zapiranje, omejevanje gibanja) ter izsiljevanje ali ekonomsko nasilje (zahteva po denarju ali drugih materialnih dobrinah). Vse bolj razširjeno je tudi internetno nasilje. Najpogosteje se to dogaja preko socialnih omrežij, tudi na forumih, kjer lahko najdemo žaljiva sporočila (»flaming«), zalezovanje (»cyberstalking«), sovražni govor in kibernetno sovraštvo (»cyberhate«).

Raziskava *Učenci, žrtve medvrstniškega nasilja* (2013), ki sta jo izvedli Mihaela Cvek in Majda Pšunder med 518 učenci petih, sedmih in devetih razredov, je pokazala, da je 24,1 % otrok in mladih že doživelo medvrstniško nasilje in da je najpogostejša oblika verbalno nasilje. Najpogosteje se je nasilje dogajalo na šoli, na hodnikih in v garderobah v času odmorov. Kar 12,6 % žrtev nasilja o tem ni spregovorilo z nikomer.

Pri nasilju gre vedno za odgovor na nezmožnost ravnanja in nadzorovanja lastnih reakcij, ki jih izzovejo čutenja, kot so jeza, bes, nezadovoljstvo, zamere in tudi strah, občutja nemoči, manjvrednosti, gnusa, sramu, ki jih je izvajalec nasilja potlačil, ker se z njimi ne zmoro soočiti. Izvajalci nasilja so pogosto bili – ali so še vedno – tudi sami žrtve nasilja ali zlorabe, želijo imeti pomembno vlogo med vrstniki in potrebujejo občutek moči, nadvlade. Vlogo izvajalcev nasilja pogosteje prevzamejo dečki kot deklice, tarče nasilja pa so pogosto učenci, ki so občutljivi, nežni, introvertirani, podredljivi in zadržani. Večkrat so tudi tesnobni, nesrečni in negotovi ter se med vrstniki težje uveljavijo. Za nasilje pogosto obtožujejo sebe. Tudi v vlogi prejemnikov nasilja se pogosteje znajdejo dečki kot deklice.

Kot izpostavljajo različni avtorji, med njimi Breda Knafelc v *Analizi nasilja nad osnovnošolci in srednješolci* ali avtorji zaključnega poročila raziskave *Nasilje v šolah*, se ob pojavu medvrstniškega nasilja poleg vloge izvajalca in prejemnika nasilja oblikujejo tudi druge

pomembne vloge: vloga rešitelja (najpogosteje odgovorna odrasla oseba ali več oseb) in vloge opazovalcev. Slednji so lahko aktivni spodbujevalci ali asistenti (pogosto negotovi in odvisni učenci, ki občudujejo nasilneža in njegovo moč ter potrebujejo samopotrditve; ob pojavu nasilja se šalijo, smejiijo, spodbujajo izvajalca in se mu lahko tudi pridružijo), pasivni spodbujevalci (opazujejo nasilje s povečano pozornostjo, se smejiijo prejemniku nasilja in izvajalcu tako dajejo potrebno pozornost in moč ter z različnimi dejanji spodbujajo nasilje), ignoranti (opazujejo nasilje, a v situacijo ne posegajo, razlogi za to pa so lahko različni: ne vedo, kaj lahko naredijo, se bojijo, da bodo sami postali žrtev nasilja, ali se bojijo, da bodo situacijo še poslabšali) in zagovorniki prejemnikov nasilja (prejemnika skušajo potolažiti ali ga braniti na različne načine). Medvrstniško nasilje je torej skupinski pojav in ne vključuje le diadnega odnosa med izvajalcem in prejemnikom.

### **kako lahko pomagamo?**

Medvrstniško nasilje pušča hude posledice na osebah, ki so žrtve nasilja. Pojavijo se težave s koncentracijo, simptomi fizičnih bolezni, znaki stresa, glavoboli, bolečine v trebuhu, strah, so žalostni, depresivni, anksiozni, izgubijo samozaupanje ali mislijo o sebi, da so neumni, neprivlačni. Izgubijo lahko zanimanje za šolo in s časom začnejo verjeti, da so sami odgovorni za ustrahovanje. Mladostniku, ki je prejemnik nasilja, je treba najprej in večkrat povedati, da ni kriv za nastalo situacijo. Ponuditi jim moramo možnost učenja asertivnih veščin, kako se postaviti zase, kako reagirati, tudi kako se izogibati nevarnim situacijam ter kako poiskati pomoč. Pomagati je treba čim bolj neopazno, da ne prebujamo dodatnega sramu in občutkov ponižanja pred ostalimi vrstniki. V varnem in zaupnem odnosu naj izrazi svoja čutenja. Odrasla oseba je mladostniku dolžna zagotoviti varnost. Zelo pomembno je tudi, da jim pomagamo pri povezovanju v socialne mreže, ker te zagotavljajo več varnosti.

Pomoč potrebuje tudi izvajalec nasilja. Za preprečitev nasilnega vedenja moramo pri mladostniku vzbuditi občutek zaupanja, čutiti mora, da je cenjen in sprejet. Zelo pomembno je, da ločimo dejanje od osebnosti – vedno obsodimo in grajamo le dejanje in ne mladostnikove osebnosti. Brezbrižnost in neodločnost odraslih nasilnega mladostnika le še spodbujata k napadalnosti. Da bi povzročitelju preprečili uporabo nasilja, moramo iskati načine, kako brez nasilja zadovoljiti njegove potrebe, kot so potreba po moči, nadzoru, potrditev v skupini in spoštovanje. Z empatijo je treba nagovoriti žrtev v storilcu. To lahko storimo tudi posredno: »Če bi bil/a ti žrtev nasilja, bi tudi tebe tako zaščitil/a in ti pomagal/a.

To ni prav in se nikomur ne bi smelo dogajati.« Povzročiteljem lahko pomagamo pri soočanju s težkimi občutki in pri iskanju konstruktivnih načinov reševanja. Pomembno je tudi, da dobijo informacijo, da z občutki jeze in besa ni nič narobe – da je nesprejemljiv le njihov način izražanja. Potrebujemo torej jasno sporočilo, da njihovo vedenje ni sprejemljivo in da ga ne bomo dopuščali, da pa so oni in njihova čutenja sprejeta in jim bomo pomagali pri iskanju drugačnih načinov izražanja. Posvetiti se moramo tudi družinskim odnosom mladostnika.

Ker je medvrstniško nasilje skupinski pojav, nujno potrebujejo pomoč tudi opazovalci, ki imajo ob pojavu nasilja zelo pomembno vlogo.

### **vloga strokovnih delavcev in drugih odraslih**

Četudi je mladostništvo čas osamosvajanja in preizkušanja v zunanjem svetu, si mladostniki želijo ohraniti dober odnos s starši in pomembnimi odraslimi, saj potrebujejo varen pristan, kamor se lahko vračajo po nove moči in pomoč, ko ne zmorejo sami. Ker se tarče nasilja najpogosteje zaupajo staršem in sovrstnikom, je zelo pomembno, kakšne odnose odrasli gradimo z otroki in mladimi in kako jim pomagamo graditi zaupne odnose med seboj. Bolj ko so odnosi varni in zaupanja vredni, težje se bodo mladi počutili nesprejete in nerazumljene v svojih težkih trenutkih, zato je v procesu pomoči takšna čustvena vez lahko bistvenega pomena. Oblikovati moramo prostor, kjer bodo otroci in mladostniki s svojo življenjsko situacijo in težavami obravnavani resno in odgovorno. Pomembno je, da otrok ali mladostnik v odnosu lahko začuti in okrepi občutek lastne vrednosti.

Zaupno, socialno naravnano vzdušje ter krepitev vrednote skrbi za sočloveka poveča tudi občutljivost pasivnih opazovalcev in jih spodbudi k bolj proaktivnemu vedenju. Žrtev nasilja je namreč strah, da bo še slabše, če bo spregovorila. Situacijo doživlja kot brezupno in zato pogosto ne najde moči, da bi se uprla. Opazovalci imajo zato bistveno vlogo pri procesu pomoči in prekinitvi nasilja. V razredih, kjer se opazovalci postavijo v bran žrtvi, se nasilje pojavlja manj pogosto. Opazovalci torej lahko pomembno vplivajo na pogostost pojava nasilja, lahko ga preprečijo ali pa dodatno spodbujajo. Otroci in mladi si tudi ne upajo biti nasilni pred odraslimi, zlasti če vedo, da ti prepoznajo znake nasilja in ukrepajo v skladu s pravili.

Ob soočanju s svetom zunaj družine so na močni preizkušnji tudi mladostnikovi pred tem zgrajeni mehanizmi za spopadanje s stisko, stresom, težavami. Ker je v tem času bolj

intenzivno čustveno doživljanje, igra pomembno vlogo prav sposobnost čustvene regulacije. Mladostnike je pri vsakodnevnem delu treba učiti, kako naj prepoznavajo in regulirajo svoja čustva. Pri tem je izrednega pomena pogovor o čustvih in tudi čustvena izraznost odraslih. Ti so namreč lahko pomemben vzor, kako s čustvi ravnati, kako jih regulirati in kakšni so konstruktivni odzivi nanje. Mladostniki potrebujejo pomoč pri iskanju načinov izražanja občutij in tudi pri povezovanju čustev, misli in dejanj. To spodbuja razvoj višjih mentalnih funkcij, ki so bistvene za regulacijo čutenj in bolj zavestno ravnanje ter vpliva na zmanjšanje impulzivnega vedenja.

Zelo pomembno je tudi sporočilo, da nihče od nas ni popoln in tako ni popoln tudi noben odnos. Vsi imamo težave in vsi delamo napake. Zanje je treba prevzeti odgovornost, se znati o njih pogovoriti in sprejeti posledice svojih dejanj. Doživljanje krivde in obžalovanja nam pomaga, da napake popravimo.

Pri mladostnikih gradimo neodvisno pozitivno samopodobo. Ne smejo dobiti občutka, da jih za nenasilje vzgajamo z vsiljevanjem popolnosti, v duhu, da moramo biti vedno vsi prijazni, nasmejani in z vsemi v prijateljskih odnosih. Nagovoriti jih je treba v njihovi realnosti in jim odkrito pokazati tudi svojo realnost, se opravičiti, ko začutimo, da v odnosu do njih nismo ravnali prav, in jim razložiti, kaj nas je k temu pripeljalo. Le tako se lahko gradijo enakopravni, varni in zaupanja vredni odnosi.

Medvrstniško nasilje se najpogosteje dogaja na šoli, zato ima ta pomembno vlogo pri prekinitvi nasilja in v samem nadaljnjem procesu nudenja pomoči. Vsakodnevni stiki z učencem učitelju omogočajo, da lahko zazna morebitne spremembe v vedenju, čustvovanju ali videzu in da zazna vzdušje, ki vlada med učenci, zato bi morali biti na to posebno pozorni. Izobraževanje ter vzgajanje otrok in mladostnikov mora potekati v duhu nenasilja in biti dopolnjeno tudi z dejavnostmi, ki spodbujajo pozitivno vzdušje. Šola mora imeti izoblikovan sistem preventive in predvidene ukrepe v primeru nasilja.

Ne nazadnje pa si tudi strokovni delavci in starši zaslužite pomoč. Zagotovite si supervizijo ali intervizije med sodelavci, pogovor s terapevtom ali drugim strokovnjakom in pogovor z bližnjimi, kjer bo prostor tudi za vas in vsa vaša čutenja.

## izhodišča za pogovor o filmu

### medvrstniško nasilje

Jochem daje vtis vase zaprtega fanta. Težko navezuje stike z vrstniki, svoja čutenja in doživljanja še najraje zaupa dnevniku. Njegova čutenja v zunanjem socialnem svetu ne najdejo svojega prostora, temveč se izražajo v agresiji do sebe. Ko se sreča z zapuščenim in ranjenim kužkom, pridejo na dan njegova nežnost, rahločutnost in empatija. Vsak dan je tarča nasilja s strani sošolke Sanne ter njenih dveh prijateljev.

Skupaj z mladimi spregovorite, kako se Jochem počuti. O čem razmišlja in kako ravna? Zakaj se ne brani? Kaj menijo o tem, da je Jochem zamenjal že tri šole? Menijo, da je Jochem za nasilje delno kriv sam? Zakaj da in zakaj ne? Kaj bi mu svetovali?

Skupaj razmislite tudi o Sanne, ki nasilje nad Jochemom izvaja. Zakaj to počne in zakaj ravno nad njim? Kakšna je njena situacija doma? Zakaj se ji Justin in Remco pridružita pri njenem ravnanju? Pogovorite se tudi, kako sta v filmu prikazana debelost in odnos do hrane; pri tem spregovorite o različnih stereotipih in predsodkih.

Davidu in Veri ob opazovanju nasilja ni vseeno za Jochema in mu v določenih trenutkih skušata pomagati in nuditi oporo. Ostali sošolci nasilje občasno odobravajo ali pa ostajajo neopredeljeni. Neodziven je tudi učitelj Tino, ki želi biti priljubljen med učenci. Bolj kot za Jochema ga skrbi za Sanne, zato ji popušča in ne uvidi resnosti situacije, ki jo povzroča.

Razmislite, kako se počutita David in Vera, ko opazujeta nasilje. Kdaj priskočita Jochemu na pomoč in kdaj ne? Zakaj? Se mladim zdi kateri od njiju bolj pogumen?

Katere vloge so zavzeli drugi opazovalci in kako so se počutili ob tem? Je bil kdo od njih rešitelj? Bi mu kdo moral pomagati? So bili res vsi tako nemočni? Kako so se ob gledanju nasilja v filmu počutili mladi? Kako bi sami ravnali v takšni situaciji? So tematika in posamezni liki v filmu realno prikazani? Zakaj da in zakaj ne?

Za vsako vlogo lahko mladi napišejo, kaj bi po njihovem mnenju morala storiti. Za pomoč imejte s seboj fotografije z imeni glavnih likov ali fotografije prizorov filma. Mladi naj se vživijo v določene like in razpravljajo, kako bi ravnali sami v njihovi vlogi. Poiščejo naj možne rešitve nastale situacij

e in izdelajo plakat.

## **prijateljstvo, medsebojna pomoč**

Čas mladostništva je obdobje, ko mladostnik išče lastno identiteto in pripadnost zunaj družinskega kroga. Jochem se v svetu socialnih odnosov ne znajde najbolje, med vrstniki ne najde pravega prostora zase. Zelo pa se naveže na najdenega kužka.

Kako Jochem doživlja vrstnike in sebe med njimi? Kakšen je njegov odnos z Davidom in Vero? Je zaupljiv, prijateljski? Kaj pa živali? So tudi te lahko naše prijateljice?

Drugače kot Jochem, David pri vzpostavljanju socialnih stikov nima težav. V čem je razlika med Jochemom in Davidom, ko stopata v odnose? Kako se v filmu to kaže? Na spletni strani skupaj z mladimi poiščite slike mladega igralca, ki v filmu igra lik Jochema. Ali tudi on na fotografijah deluje kot Jochem v filmu? V čem se kažejo razlike?

Sanne je v svojih zahtevah zelo jasna in nastopa agresivno. Sošolca, ki z njo izvajata nasilje, jo pri vsem podpirata. Je med njimi prijateljstvo? Kaj menite – zakaj ji tako sledita?

Pogovorite se z mladimi, kaj njim pomeni prijateljstvo. Kako prepoznajo, da je nekdo njihov prijatelj? Po katerih dejanjih, čutenjih in besedah? Zaupajo svojim prijateljem, kadar so v stiski?



## **zaljubljenost**

David je ob soočanju z Jochemovo stisko ves čas zaposlen tudi z mislimi o Veri, v katero je zaljubljen; vsak njen odziv mu vzbuja intenzivna čustva. Ko prvič govorita po telefonu, se tako zmede, da ji zaželi: »Srečno z lakom!«

Kako se David ob tem počuti? Kako je v filmu še prikazano, da je Davidu všeč Vera? Je Vera všeč še komu drugemu? Iz česa to razberemo? Kako se David ob tem počuti? Zakaj David svojih čustev ne razkrije Veri? Kako pa se do Davida vede Vera? Poznajo mladi podobne občutke in situacije? Zakaj se ob osebah, v katere smo zaljubljeni, vedemo drugače?

Čustva zaljubljenosti se prebudijo tudi v Jochemu, ki jih Veri razkrije na šolski zabavi.

Kako se počuti, ko ga Vera zavrne? Kako ravna? Kaj menite, zakaj? So mladi pripravljene razkriti svoja čustva osebam, v katere so zaljubljeni? Kako bi se počutili in ravnali ob zavrnitvi? Je zavrnitev znak, da je z njimi nekaj narobe? Pogovorite se z mladimi tudi o razlikah med zaljubljenostjo in ljubeznijo.

## **odnos s starši in učitelji**

Jochemova mama stisko sina opazi, z njim se želi pogovoriti in mu pomagati, a jo Jochem prepriča v nasprotno. Vprašajmo mlade, kakšen je njun odnos. Ji Jochem zaupa, kako se počuti? Jo prosi za pomoč? Zakaj menijo, da tako ravna? Vprašajte mlade, kako bi ravnali sami na mestu Jochemove mame.

Tudi David se po pomoč sprva ne obrne na svojo mamo in jo zavrne, ko želi pisati članek o njegovi šoli. Z njo o svojih stiskah in situaciji na šoli spregovori šele po Jochemovem samomoru. Zakaj menite, da David mami ni že prej zaupal, kaj se v razredu dogaja? Zakaj ji ni zaupal, kako se počuti? Bi mladi sami ravnali drugače? Se s starši pogovarjajo o svojih stiskah in težavah? Jim zaupajo, kako se počutijo? Jih prosijo za pomoč – in če, v katerih primerih? Ali starši kdaj vprašajo mlade, kako se počutijo? Ali starši o svojih občutkih in težavah govorijo pred njimi?

Na šoli se na medvrstniško nasilje ne odzove nihče od odraslih. Učitelj Tino je sicer priča določenim dogodkom, vendar jim ne posveča prave pozornosti. Po drugi strani pa tudi učenci učiteljev ne opozorijo na nasilje. Kaj menijo mladi, zakaj? Ali učitelj Tino med učenci zbuja zaupanje s svojim vedenjem? Ko poskuša s Sanne spregovoriti o njenih težavah doma, ga ta

zavrne s ciničnim humorjem. Zakaj mu Sanne ne zaupa svojih težav? Bi mu na njenem mestu zaupali mladi?

Pogovorite se, kateri odrasli osebi bi zaupali in zakaj. Kakšna mora biti ta oseba? Je za njih pomemben občutek, da jim ob strani stoji odrasla, odgovorna oseba? Kakšne odnose spletajo z odraslimi osebami? Kakšne odnose si želijo?

### **soočanje s težavami in stiskami**

Ob soočanju z nasiljem, zaljubljenostjo, zapletenostjo odnosov in željo po pripadnosti so mehanizmi za soočanje s stisko, stresom, težavami glavnih junakov filma na močni preizkušnji. V čem se v načinu soočanja s stisko razlikujejo Sanne, David in Jochem? Zaupajo komu? Poiščejo nasvet, podporo ali pomoč? Vprašajte mlade, kaj bi jim svetovali.

David Jochemu pove, da sam išče vse rešitve v glasbi, a Jochemova stiska je tako močna, da v nekem trenutku situacija postane brezupna. Pogovorite se z mladimi, kako so doživeli konec filma.

Kako pa se mladi soočajo s stisko in težavami? Kaj naredijo, ko jim je težko? Komu zaupajo in na koga se obrnejo po pomoč? Poznajo v svoji bližini tudi strokovne vire pomoči (šolska svetovalna služba in druge nevladne organizacije)?

Seznanite mlade z nekaterimi tehnikami sproščanja, kot so vodene meditacije, dihalne vaje, mišična relaksacija.





## **samomor in občutki (ob)žalovanja**

Samomor močno pretrese vse, ki so bili v stiku z Jochemom. Kateri občutki se po samomoru pojavijo pri Davidu in Veri? Jochemova mama Davidu zaupa, da ga je Jochem doživljal kot prijatelja in da je že dolgo razmišljal o samomoru. Kako to vpliva na Davidovo doživljanje? Ali še kaj drugega vpliva na njegovo doživljanje po samomoru?

Kakšni občutki se po samomoru pojavijo pri Sanne, Justinu, Remcu? Kako se ti občutki kažejo v njihovem ravnanju? Se njihovo vedenje po tragičnem dogodku spremeni?

Šolsko zabavo, po kateri se je zgodil tragični dogodek, je organiziral učitelj Tino. Kaj po samomoru doživlja on? Kako se na tragičen dogodek odzoveta razred in širša okolica? Se osebe med seboj razlikujejo? Kako?

Kako pa so samomor v filmu doživeli mladi? Kaj menijo, da je Jochema privedlo k temu? Pogovorite se, ali na posameznikovo odločitev za samomor lahko vpliva en ali več dogodkov.

Razmislite skupaj z mladimi tudi o naslovu filma – kaj sporoča? Zakaj je na koncu naslova postavljen klicaj? Menijo, da je kdo kriv za Jochemovo smrt? Zakaj da in zakaj ne?

V katerih situacijah mladi še uporabljajo besedno zvezo »Še žal ti bo!«? Kaj sami storijo, kadar se počutijo krive in kadar kaj obžalujejo? Kaj vpliva na njihovo doživljanje krivde?

Se spomnijo dogodka, ko so kaj obžalovali?

## **dodatne dejavnosti**

Z mladostniki se dogovorite, da boste v svoji okolici skupaj našli organizacije, društva, možne vire pomoči za mlade v primerih doživljanja stiske. Mladi naj v teh organizacijah ali z določenimi osebami na šoli opravijo intervjuje in poročajo o tem v razredu.

Povežite se lahko z Unicefom Slovenija, soorganizatorjem Plaktivatovega natečaja, ki je letos potekal pod geslom »Nasilje med mladostniki«. Na vašo šolo naj dostavijo zmagovalni plakat natečaja.

Oglejte si film **Razredni sovražnik** režiserja Roka Bička in se pogovorite o razlikah in podobnostih v obeh filmih.

Podobne tematike, kot jih obravnava film **Še žal ti bo!**, lahko najdete tudi v številnih delih mladinske literature. Spodaj navajamo zgolj nekaj primerov, ki jih lahko mladi poiščejo v knjižnicah.

- Ingolič, Anton: *Gimnazijka*. Ljubljana: Karantanija, 1998.
- Kodrič, Neli: *Solze so za luzerje*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2013.
- McKenzie, Sophie: *Zaljubljena, zatreskana*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2012.
- Asher, Jay: *Trinajst razlogov*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2011.
- Frey, Jana: *Na smrt prestrašena*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2007.
- Green, John: *Kdo si, Aljaska?* Ljubljana: Mladinska knjiga, 2014.
- Merrick, A.: *Nekdo je potrkal*. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1998.
- McCaffrey, Kate: *Uničimo jo!* Dob pri Domžalah: Miš, 2011.

V knjižnicah so na voljo tudi priročniki za mladostnike, ki se znajdejo v stiskah.

Mladostnikom z depresijo je lahko v pomoč *Ko nič več ni važno: priročnik za mladostnike z depresijo* avtorice Bev Cobain. Skupaj z mladimi lahko berete tudi knjigo dr. Daniela Siegla *Vihar v glavi*, ki najstnikom ponuja konkretna orodja za bolj integrirano delovanje in konstruktivno soočanje z izzivi odraščanja. Knjiga je napisana za mladostnike in odrasle. Določene vaje iz knjige lahko izvajate tudi skupaj.

## seznam virov in druga priporočena literatura za strokovne delavce in starše

- Cvek, Mihaela; Pšunder, Majda: Učenci, žrtve medvrstniškega nasilja. V: *Revija za elementarno izobraževanje*. Letnik 6, številka 4, stran 105–116, 2013.
- Knafelc, Breda: *Analiza nasilja nad osnovnošolci in srednješolci: magistrsko delo*. Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta, 2013.
- Koren, Andrej; Lešnik, Doroteja; Logaj, Vinko; Brejc, Mateja: *Nasilje v šolah: konceptualizacija, prepoznavanje in modeli preprečevanja in obvladovanja*. Ljubljana: Šola za ravnatelje, 2008.
- Interni priročnik Unicefa Slovenija: *Medvrstniško nasilje*.
- Salmivalli, C., Voeten, M., Poskiparta, E.: Bystanders Matter: Associations Between Reinforcing, Defending, and the Frequency of Bullying Behavior in Classrooms. V: *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. Letnik 40, številka 5, 2011.
- Akin, Terri; Cowan, David; Palomares, Susanna; Schilling, Diane: *Pomoč otrokom pri spoprijemanju z žalostjo, strahom in jezo: priročnik za učitelje in svetovalce*. Ljubljana: Educy, 2000.
- Evropski projekt Pro-SAVE: *S prosocialnostjo nad medvrstniško nasilje. Priročnik za učitelje in druge izobraževalce*. Dostopno na: [http://safe.si/sites/safe.si/files/prosave\\_prirocnik.pdf](http://safe.si/sites/safe.si/files/prosave_prirocnik.pdf).
- Faber, Adele; Mazlish, Elaine: *Kako se pogovarjamo z najstniki in kako jih poslušamo*. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2007.
- Mrgole, Albert; Mrgole, Leonida; Mrgole, L.: *Izštekanji najstniki in starši, ki štekajo: starši – tukaj in zdaj*. Kamnik: Zavod Vežal, 2014.
- Pečjak, Sonja: *Medvrstniško nasilje v šoli*. Ljubljana: Znanstvena založba Filozofske fakultete, 2014.
- Siegel, Daniel J.; Bryson, Tina Payne: *Celostni razvoj otroških možganov. 12 revolucionarnih metod, s katerimi spodbujamo razvoj otroških možganov*. Domžale: Družinski in terapevtski center Pogled, 2013.
- Spletna postaja Živ?Živ o duševnem zdravju in samomoru: <http://zivziv.si/>.