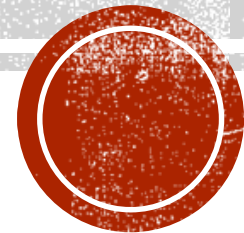


ANTI-BULLYING FOGLALKOZÁSOK ISKOLÁBAN, ÓVODÁBAN

Jármí Éva PhD

ELTE-PPK, Iskolapszichológia Tanszék

egyetemi adjunktus



ANTI-BULLYING CSOPORTFOGLALKOZÁSOK

- Iskolai bullying-prevenációs programok legfontosabb eleme
- 5-10 foglalkozás (ITT: 6 alkalom)
- Órarendbe ágyazottan (ITT: 45 perces foglalkozás, ofó/erkölcstan)
- Pedagógus tartja (tréning jellegű felkészítés után)
- Témájuk
 - **iskolai bántalmazás**
 - internetes bántalmazás (cyberbullying)
 - társas készségek (pl. konfliktuskezelés, aszertivitás, segítségnyújtás) fejlesztése, közösségfejlesztés, tolerancia-növelés – ami a bántalmazás kialakulásának rizikóját csökkenti.
- <http://iskon.opkm.hu/> Dokumentumtár: „Gyakorlatsor az iskolai bántalmazás megelőzéséhez” (Jármi, 2015)
- ITT: 4-5. osztályosoknak



AZ ANTI-BULLYING GYAKORLATSOR ALKALMAZÁSA

A gyakorlatsor teljes egészében is alkalmazható, de ki is emelhető belőle egy-egy gyakorlat, illetve más fejlesztő foglalkozásokkal is kombinálható. Az egyes gyakorlatok/aktivitások is alakíthatók

- a pedagógus célkitűzései: pl. akut bántalmazás eset kapcsán kerül-e fókuszba a téma,
- a keretek: pl. foglalkozások mennyisége, intenzitása
- a csoport jellemzői: pl. diákok életkora, osztály nemi összetétele, teherbírása
- a pedagógus preferenciái: pl. milyen tevékenységi formák megvalósításában érzi magát kompetensnek



3 KOMPONENS – 3 CÉLKITŰZÉS

- 1) kognitív – a témával kapcsolatos ismeretek átadása, hogy a résztvevők **felismerjék, megértsék** a problémát;
- 2) viselkedéses – a **kívánt magatartásminták** bemutatása, az ehhez szükséges készségek fejlesztése, hogy a résztvevők képesek legyenek az elvárt irányba módosítani viselkedésüket;
- 3) érzelmi – **attitűdformálás**, hogy a résztvevők motiváltak legyenek az elvárt módon viselkedni, a tanult készségeket a mindennapokban alkalmazni.



PROBLÉMA TUDATOSÍTÁSA

Informálni kell a diákokat a bántalmazás jelenségéről, elterjedtségéről, a kialakulásához vezető pszichológiai mechanizmusokról, és következményeiről. Kiemelt jelentőséggel bír

- az iskolai bántalmazás rejtettebb formáinak (indirekt bántalmazás, internetes bántalmazás) bemutatása,
- az áldozat érzéseinek, szenvedésének hangsúlyozása,
- a figyelem felhívása a bántalmazót és a közösséget érintő hosszú távú károkra,
- az áldozat hibáztatása helyett a csoport szerepének tisztázása.



VÉDEKEZÉS MÓDJA – MIT TEGYÜNK

Fontos, hogy a program

- ne csak irányelveket, hanem konkrét tanácsokat is nyújtson,
- hogy a beavatkozási technikák megtanítása mellett lehetőséget adjon ezek begyakorlására,
- egyértelműen határozza meg, kihez lehet segítségért fordulni a bántalmazás megállítása érdekében



TEGYÜNK!!!

A diákokat buzdítani kell arra, hogy valóban alkalmazzák ismereteiket és készségeiket, hiszen csak akkor fognak tenni valamit, ha úgy érzik, megéri az erőfeszítés. Ehhez szükséges

- bántalmazás-ellenes attitűd és csoportnorma kialakítása,
- a személyes felelősség hangsúlyozása, www.hosoktere.org
- az árulkodás tabujának megtörése a bántalmazás jelentése érdekében. www.megfelemlites.hu



1. MI AZ A BULLYING?

Az iskolai bántalmazás jelensége

- Interaktív előadás: bullying kulcsmozzanatai (erőfölény, szándékosság, rendszeresség), megjelenési formái
- Konkrét példák gyűjtése (nem saját élmény! ne sokkoló!), kategorizálása
- Egyes bántalmazási formákhoz kiscsoportban illusztrációt készíteni valamilyen vizuális technikával pl. montázs, kollázs, plakát, kisfilm fényképekből
 - Tárlat rendezés a foglalkozás-sorozat végén



2. MI BULLYING ÉS MI NEM AZ?

- Konfliktus – bullying megkülönböztetése (rövid helyzetleírások megítélése)

Mindennapos konfliktus	Iskolai bántalmazás (bullying)
Esetleges, alkalmoszerű	Ismétlődő
Nem előre megtervezett, a pillanat hevében bontakozik ki	Tervezett, célzott, szándékos
Az érzelmek intenzitása mindkét félnél közel azonos	Az áldozat érzelmei sokkal intenzívebbek, mint a bántalmazóé
Mindkét fél megoldásra törekszik	A bántalmazó igyekszik kontrollt gyakorolni áldozata fölött
A felek egymáshoz való viszonyában az erőegyensúly nem bomlik fel	A bántalmazó határozott célja az erőegyensúly megbontása
Mindkét fél felelősnek érzi magát a konfliktus kialakulásáért	Az áldozat hibáztatása a kialakult helyzetért
A felek hajlandók erőfeszítéseket is tenni, hogy elsimítsák a konfliktust	A bántalmazó nem hajlandó erőfeszítéseket tenni a helyzet megoldására



1.

Egy lány régen jó barátja volt Katinak. Most azonban azt mondogatja a többi lánynak, hogy ne játsszanak vele, azonkívül azt is, hogy Kati nem jöhet el a születési bulijára. Sokszor még csúfolja is.

Igen, mert ez gonoszkodás, többször ismétlődik és szándékosan bántja Katit.

2.

Eszternek születési bulija lesz, ahova meghívta egy pár barátnőjét az osztályból, Katit azonban nem hívta meg. Kati később megkérdezte Esztertől, hogy esetleg elmehet-e? Eszter erre azt válaszolta, hogy csak egy pár barátját hívhatja el, mást azonban nem.

Nem, mert Eszter nem volt rossz szándékú, nem akarta Katit bántani. Csak abban az esetben lenne az, ha Eszter mindenkit meghívott volna az osztályból csak Katit nem.



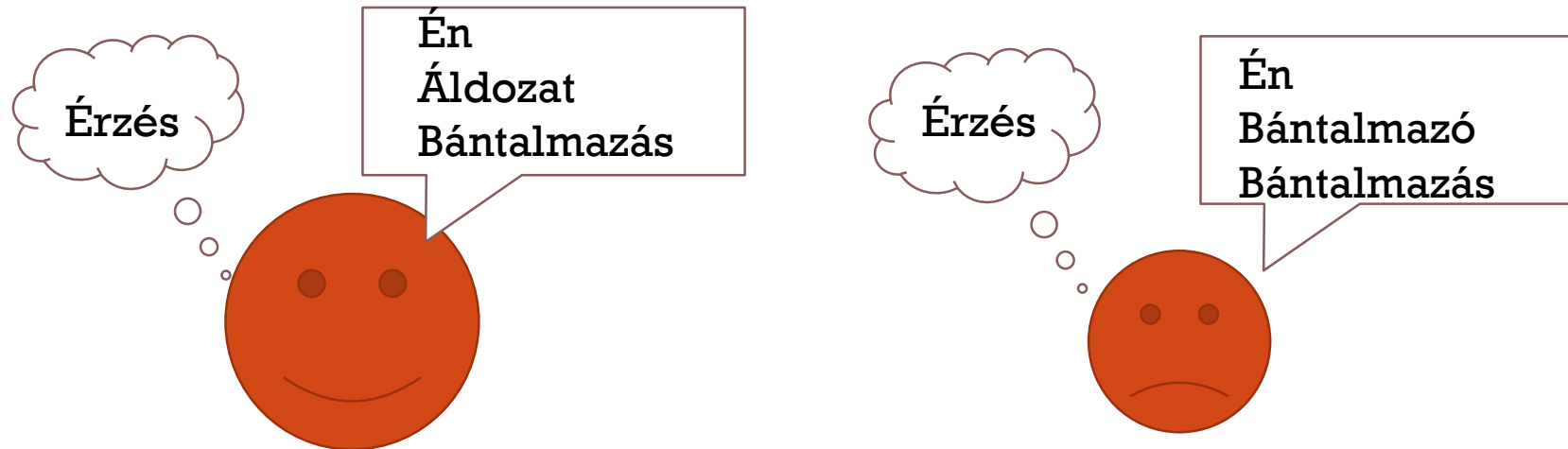
BULLYING VS. UGRATÁS (FOLYT.)

- Kiscsoportban **helyzetleírások**, amikor valakit bántóan gúnyolnak ki vagy játékosan ugratják.
 - Néhány helyzet elő is adható, az osztály többi tagja megítéli a helyzetet, majd meg lehet beszélni a helyes választ a bántalmazó szándéka és a kiváltott reakció mentén.
- Záró **aktivitás nevekkel**: gúnynevek, nem kedvelt becenevek kidobása, kívánt név ünnepélyes kinyilvánítása vagy jelentésének kikeresése



3. A BULLYING KÖVETKEZMÉNYEI

- „Szavak ereje” gyakorlat a bántó szavaknak súlyos romboló hatását demonstrálja (a célszemély énképére) és bocsánatkérés nem elég
- Kiscsoportban olyan esetek elemzése, amikor az iskolai **bántalmazás áldozata híres, sikeres világsztár lett**



BESZÉLGETÉS BULLYING-RÓL (FOLYT.)

Miért bántja néhány gyerek a másikat ill. hogyan válik néhány gyerek bántalmazás célpontjává?

- Az áldozattá válás kapcsán kedvező válaszok: az áldozat valamilyen szempontból kilóg a többiek közül, érzi az elutasítást, azt hiszi, hogy vele van a baj, ill. hogy megérdemli a bántást
- A bántalmazó motivációja kapcsán kedvező válaszok: így akar menő(bb)nek látszani, figyelemre/hatalomra/népszerűségegre törekszik, fél, hogy az áldozat lekörözi őt valamiben

Saját élmények itt teret kaphatnak (ne aktuális!)



4. A SZEMLÉLŐK REAKCIÓI

„Aki ver nem haver” kampányfilmek megtekintése, majd összegyűjteni, hogyan jelennek meg a szemlélők az egyes kisfilmekben

- A bántalmazó irigykedik rájuk, hogy együtt játszanak, nekik akar imponálni, félelmet kelt bennük
 - A szemlélők nem lépnek közbe, amitől az áldozat még jobban elbizonytalanodik, magányosnak érzi magát
 - A szemlélő nem mer lépni, pedig látja az áldozat szenvedését, nem tudja, mit tegyen
-
- <https://www.youtube.com/watch?v=Pj2q6OMfJfs> (bántalmazó)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=Di36R3PWgKc> (áldozat)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=ghNNrNTtpMU> (szemlélő)



A SZEMLÉLŐK BEAVATKOZÁSA (FOLYT.)

- A vonal felett/alatt gyakorlat:

Áldozat megvigasztalása Bántalmazás elutasítása

Áldozat kinevetése Bántalmazó buzdítása Elfordulás?

- Te közbelépnél? gyakorlat
 - Ignorálás = nem foglalkoznék a helyzettel, továbbmennék mintha mi sem történt volna
 - Beavatkozás = megpróbálnám megállítani a bántalmazást, kibékíteni a feleket
 - Vigasztalás = később beszélnék az áldozattal, igyekeznék megnyugtatni, megvigasztalni
 - Segítségkérés = szólnék egy felnőttnek vagy valaki idősebbnek, hogy segítsen
- Döntés különböző helyzetekben, amelyekben változik: kik az érintettek, milyen erős a bántalmazó, mi a bántalmazás tárgya
- Indokok, mit mondanának?



1. A legjobb barátod folyamatosan beszél más fiúknak „Hú de ciki, olyanok vagytok, mint a lányok!”
2. Egy iskolatársad, akit nem ismersz jól, folyamatosan beszél más fiúknak: „Hú de ciki, olyanok vagytok, mint a lányok!”
3. Az egyik barátod az osztályból, azért ugrat egy másik fiút, mert Barbie babával játszik.
4. Egy lány az osztályodból, azért ugrat egy másik lányt, mert az fiúsan öltözködik.

Közösen ötletelni a **biztonságos védekezési** módokról – áldozat mellé állni, segítséget kérni jobb, mint a direkt konfrontáció



5. A BULLYING ELLENI FELLÉPÉS

- Asszertivitás gyakorlat

Bullying helyzet	Feladás (alárendelődő)	Visszavágás (agresszív)	Szembeszállás (asszertív)
a bántó durván bevág a sorba a másik elé	az áldozat lehajtott fejjel hátrébb lép és nem mond semmit	az áldozat kilöki a sorból a bántót és azt mondja „te hülye”	az áldozat büszke marad és annyit mond „ez az én helyem, nem állhatsz be elém”
a bántó kiragad egy szelet csokit az áldozat kezéből és követeli „add ide”	az áldozat hagyja, hogy a bántó elvegye tőle a csokit, „rendben”	az áldozat visít és belerúg a bántóba	az áldozat erősen tartja a csokiját, nem engedi, és annyit mond „ez az enyém”
a bántó nevetve mutogat az áldozatra és az kiabálja, „béna, béna!”	az áldozat elkeseredik és elsírja magát	az áldozat mérgesen felel „a te mamád csúnya”	az áldozat nyugodtan néz a bántóra és közli „csak az idődet vesztegeted azzal, hogy bosszantasz”
a bántó azt suttogja valakinek, hogy „ha a barátom akarsz lenni, akkor nem játszol xy-nal (az áldozat neve)”	az áldozat csendben tudomásul veszi a hallottakat, és egyedül leül csinálni valamit	az áldozat valami csúnya történetet mesél a bántóról	az áldozat négy szemközt azt mondja a bántónak „tudom, hogy a hátam mögött beszélsz rólam, és egyáltalán nem örülök neki”



SZÓLÁS VS. ÁRULKODÁS

- Bántalmazás előfordulása esetén felnőtt segítségét kérni nem árulkodás, hanem annak jelzése, hogy valaki bajban van.
- Ha tehát valaki veszélybe kerül, vagy valaki bántja őt/mást, akkor felnőtt segítségét is lehet kérni, ha nem akarja/tudja/meri önmaga megoldani a helyzetet.
- Páros munkában helyzetek megítélése

- Ivett nem ette meg az ebédjét.
- **Árulkodás** – *(Senki sem sérült, nem fenyegető magatartás)*
- Egy negyedik osztályos diák kisebb gyerekeket nyom le a földre.
- **Jelzés** – *(Veszélyes, fenyegető magatartás, valaki megsérülhet)*
- Feri minden nap kivesz egy szendvicset az uzsonnás dobozomból. Már szóltam neki, hogy hagyja abba, de hiába.
- **Jelzés** – *(Ismétlődő, mást/másokat sértő magatartás, lopás)*
- Marci egy kést mutogat mindenkinek az iskolában, amit otthonról hozott.
- **Jelzés** – *(Veszélyes magatartás, potenciálisan másoknak sérülést okozhat, az iskola házirendjének megszegése)*
- Éva úgy tette el a füzetét, hogy nem is írt bele semmit.
- **Árulkodás** – *(Senkit sem sértett meg vagy okozott sérülést)*



BULLYING ELLENI CSOPORTSZABÁLYOK

- Ráhangoló kérdések
- Olyan szabályok (közösen), melyek segítenek, hogy az iskola békés, biztonságos hely legyen mindenki számára
 - *A bántalmazás nem megengedhető*
 - *Állj ki magadért és a társaidért*
 - *Ne támadj vissza*
 - *Ha valaki bántani akarna, hagyd ott vagy kérj segítséget*
 - *Igyekezz mindenkit bevonni a közös tevékenységekbe*
 - *Hívj segítséget, ha valakit bántanak*
- Anti-bullying lánc: ő mit fog tenni, hogy az iskola „bántalmazás-mentes övezet” legyen
- Bántalmazás ellenes üzenetek megfogalmazása és terjesztése az iskolában



HATÉKONYSÁG

- Foglalkozások jelentik az alapot, eredményük a csoportszabályok
- Felnőttek megerősítő magatartása dönti el, hogy a csoportszabályok beépülnek-e
- Mi történik, ha valaki megszegi a csoportszabályt – a bántalmazás esetkezelése...



NYUGIOVI PROGRAM

- A programról a TKKI honlapján lesznek fent majd 2016) a részletes anyagok

Már is hozzáférhető anyagok ezen a honlapon:

- <http://www.tkki.hu/page.php?mid=332>

