



elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

Bullying megelőzése óvodában és iskolában

Dr. Jármí Éva

**Pedagógiai szakpszichológus
ELTE-PPK, Iskolapszichológia Tanszék**

III. Iskolapszichológus Vándorgyűlés
2019. Október 17. ELTE-PPK, Budapest



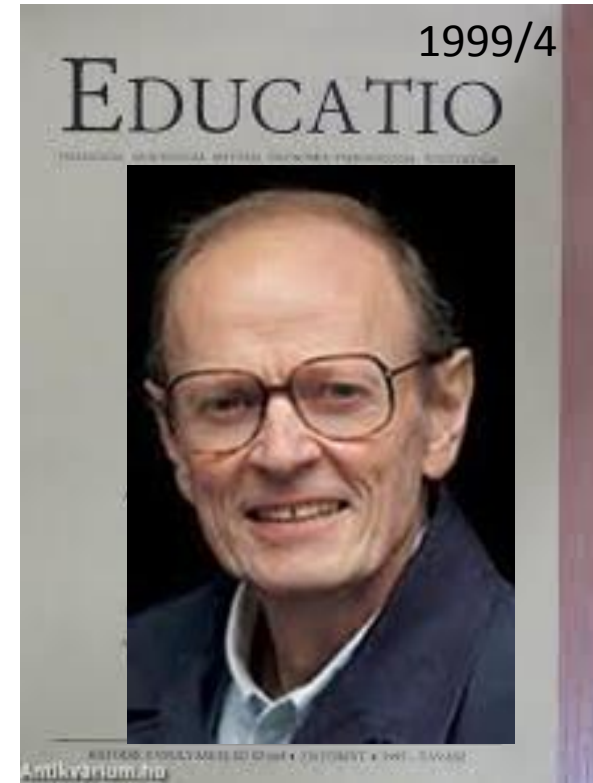
elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Bullying – iskolai bántalmazás

- Olyan **szándékos, ismétlődő** viselkedés, melynek célja, hogy fizikális vagy pszichés **fájdalmat/kárt okozzon** egy nem provokáló, **magát megvédeni nem** tudó diáknak

„Bullying az, amikor egy/több diák egy másik diáknak durva és kellemetlen dolgokat mond, vagy szándékosan olyat tesz vele, amiket ő nem akar. Az a diák, aki a másikat bántja erősebb, mint az, akit bántanak”.



PREVALENCIA ?

PREVENCIÓ!



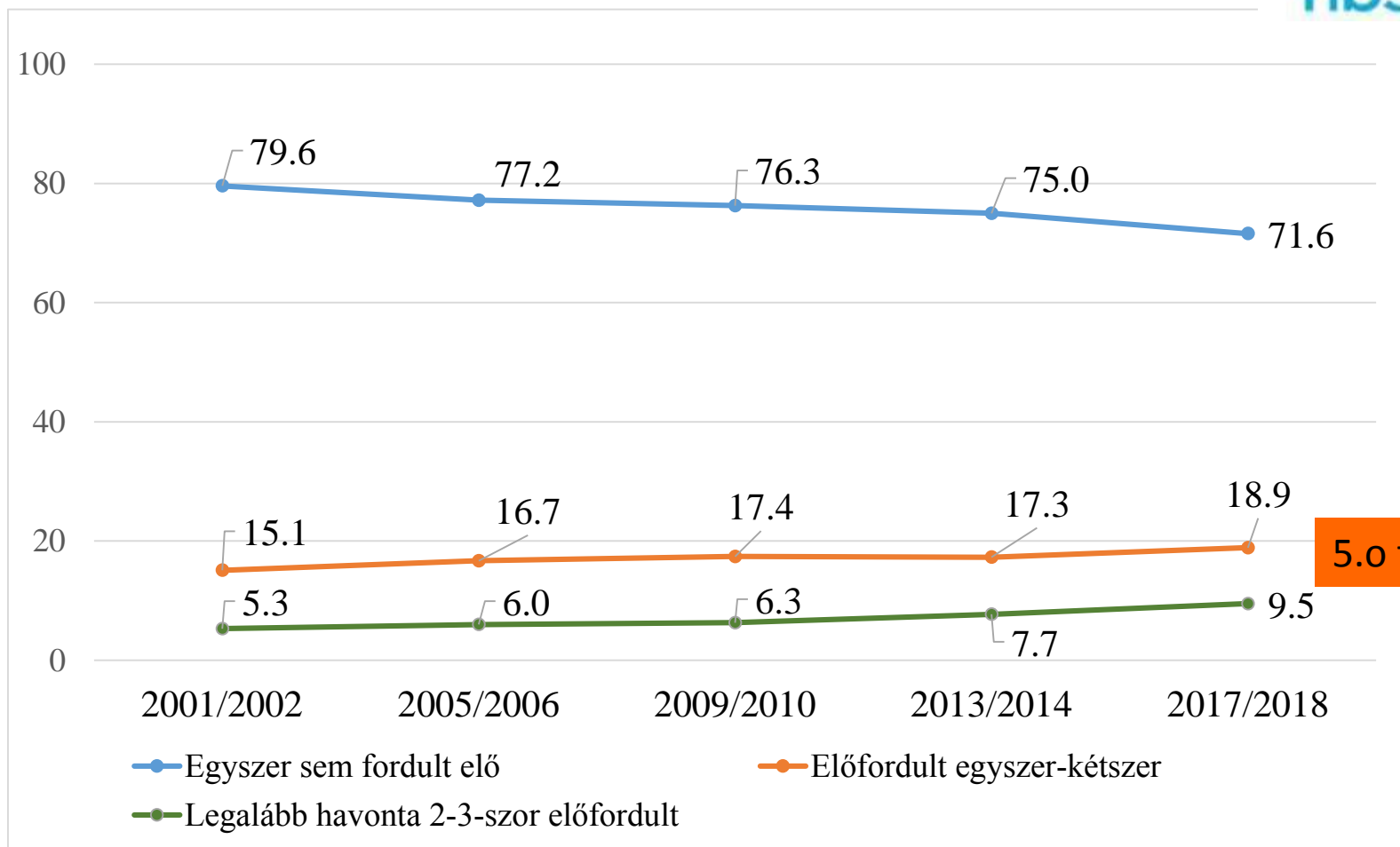
elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Várnai Dóra, Németh Ágnes

ELTE-PPK, Klinikai Pszichológia és Addiktológia tanszék

Áldozattá válás gyakoriságának változása HBSC 2001-2018





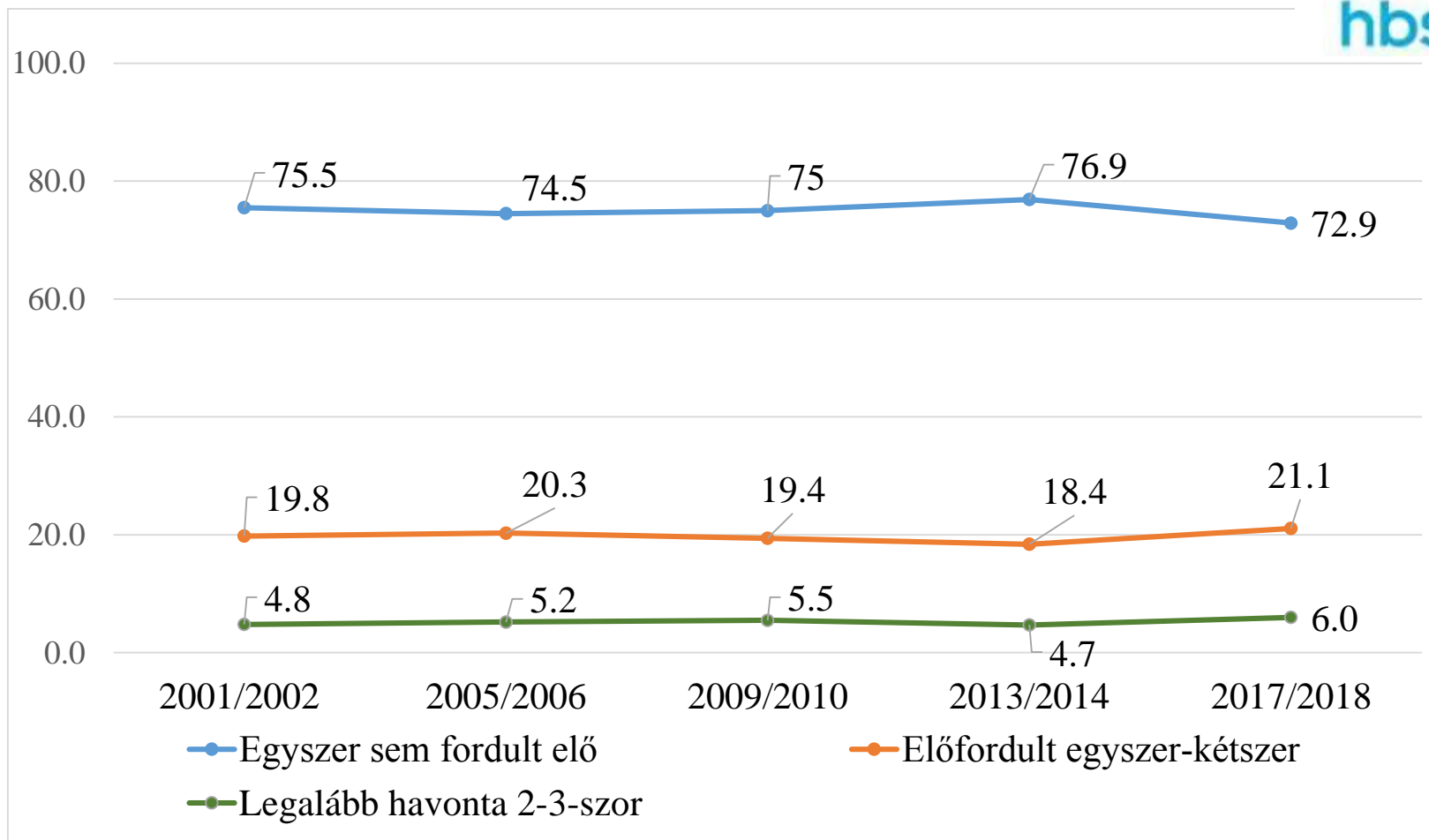
elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Várnai Dóra, Németh Ágnes

ELTE-PPK, Klinikai Pszichológia és Addiktológia tanszék

Mások bántásának változása HBSC 2001-2018



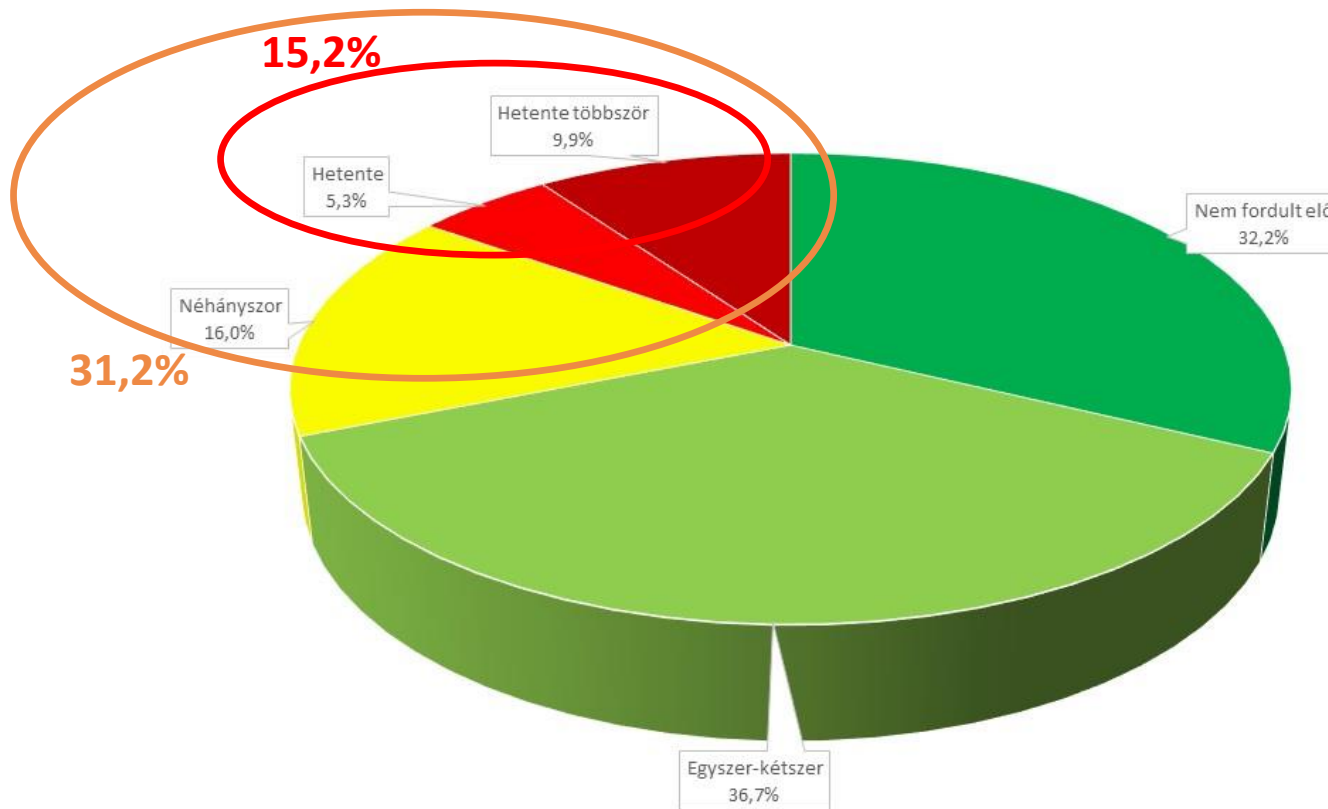


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

OFI-kutatás (2015) <http://iskon.opkm.hu/>

Más módszertannal (13 bullying-viselkedés közül előfordult-e vmelyik) Bántalmazott diákok aránya felső tagozaton

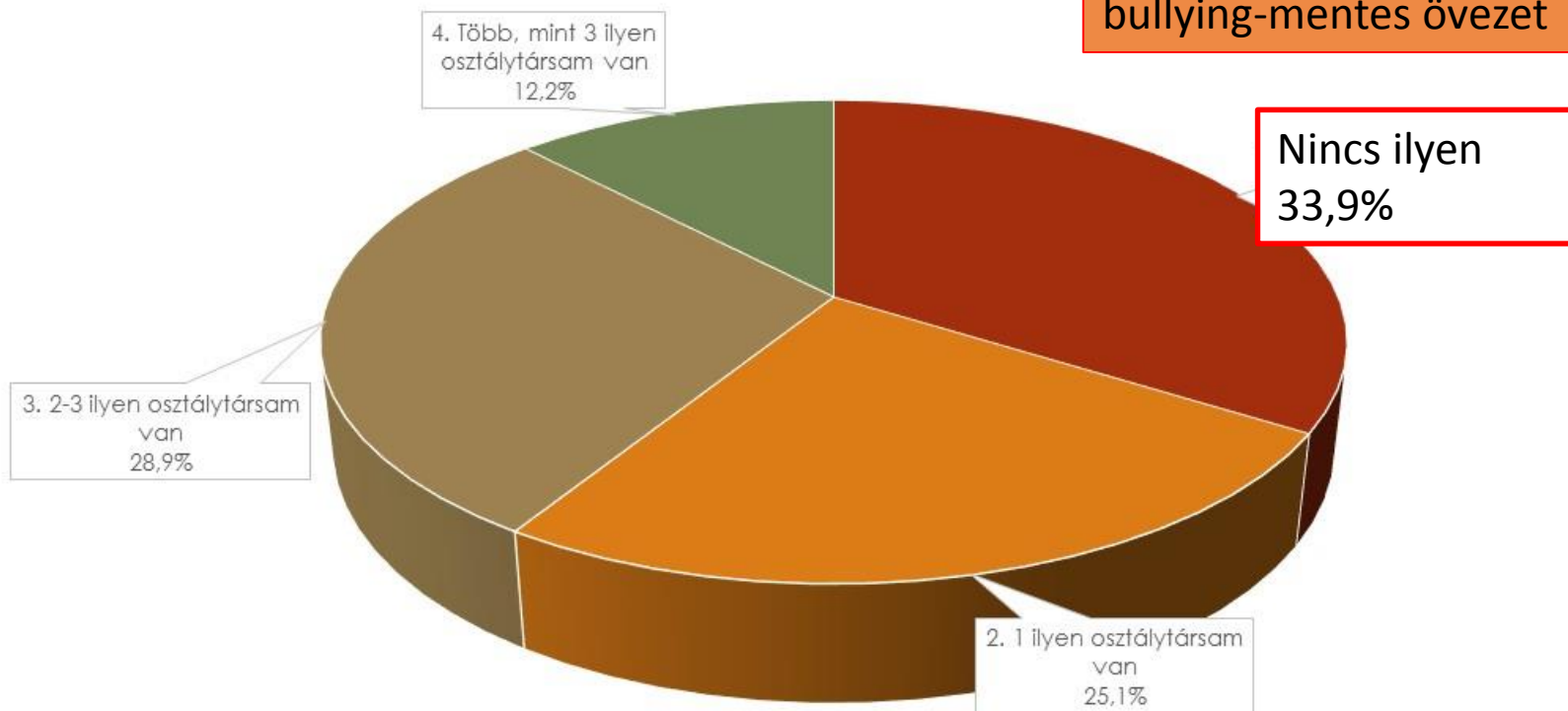


Önbeszámoló???



„Vannak az osztályokban olyan tanulók, akiket a többiek gyakran megbántanak, piszkálnak, akikkel gyakran csinálnak heccet, vagy éppen kiközösítik őket?”

CSAK minden ötödik osztály bullying-mentes övezet



DE sok osztályban alacsony az egyetértés ebben...

MÉRNI: Bullying incidensek gyakorisága, probléma súlyossága...



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Elmaradás a prevenció terén, mert lassan fogadja el a szakmai közönség/irányítás, hogy

- LÉTEZIK bullying a magyar iskolákban is,
- ez nem természetes velejárója a diák-közösségeknek, hanem egy PROBLÉMA, ami ellen fel kellene lépni,
- nem csak a bántalmazott diákok, hanem az egész OSZTÁLYKÖZÖSSÉG védelme érdekében,
- és a hatékony fellépés FELELŐSSÉGE A TANÁROKÉ (vagyis nem hárítható a diákokra, vagy a családra





elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

A bullying dinamikája



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

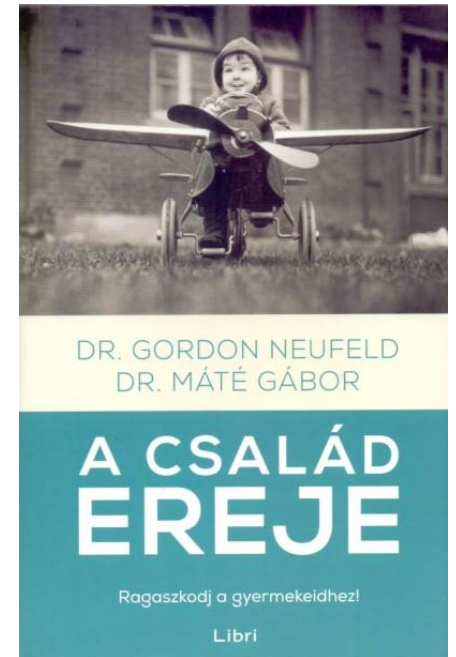
Mit tehet ebben a helyzetben a jótündér --- az iskolapszichológus képében?

- Visszaforgatva az idő kerekét prevenciós jelleggel:

- 1.
- 2.
- 3.

- Ha már elkezdődött a bullying:

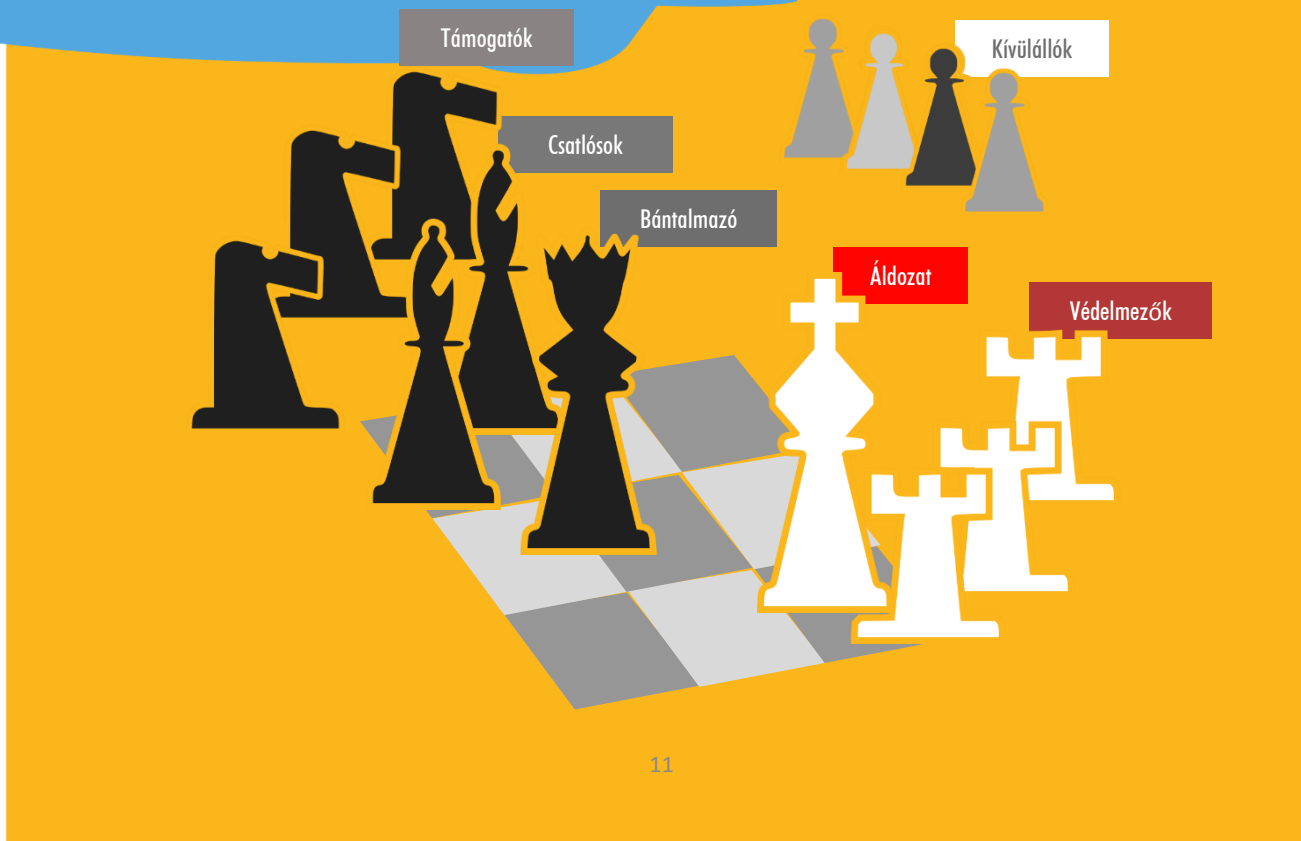
MEGKÉRHETI BULLYT, HOGY TEGYE LE A FEGYVERÉT?





A FEGYVER „HATÁSTALANÍTÁSA”

Bullying szerepek



11

A SZEMLÉLŐK MOZGÓSÍTÁSA A KULCS

Felnőttek is!



elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

Az ENABLE anti-bullying program

<http://hirmagazin.sulinet.hu/hu/s/enable>



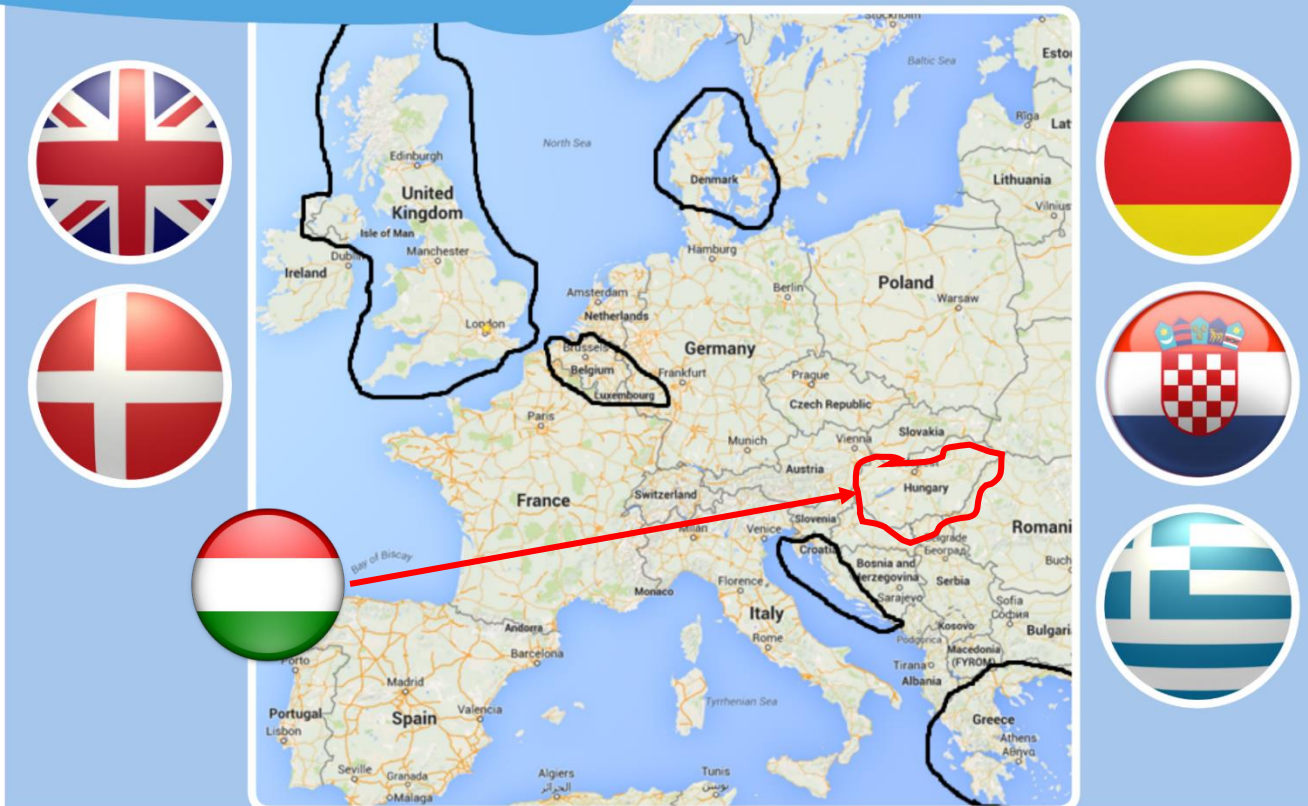
elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Magyar adaptáció:
Jármi Éva és Várnai Dóra

European Network Against Bullying in Learning and Leisure Environments

ENABLE Program Európában





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar



empower children. eliminate bullying.

ENABLE foglalkozások koncepciója



- Kamaszoknak (**6-11.** osztályban)
- **10 tanóra** – 45 percesek
- Osztályfőnök és/vagy iskolapszichológus/iskolai szociális segítő tartja – szervesen beépülhet az iskolák mindennapjaiba
- Kétféle tematika **VÁLASZTHATÓ**:
 - Társas-érzelmi készségek fejlesztése
 - Bullying ellenes normaképzés
- Egyéni/páros/ csoport munka, közös aktivitás, tanári magyarázat
- Kész segédanyagok – filmek, képek stb. és esetleg ppt
- Tanári kézikönyvben részletes óravázlatok, további gyakorlatjavaslatok
- Digitális technikák használata
- Felkészítés: 30 órás pedagógus továbbképzés – térítésmentesen helyi Pedagógiai Oktatási Központban, <https://tovabbkepzes.sulinet.hu/> oldalon



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar



ENABLE csapat

• Iskolapszichológus trénerek:

- Hernádi Anna
- Bence Orsi
- Kökényesi Ági
- Pőcze Dia
- Márhoffer Márti
- Kovács Gábor
- Novák Kinga
- Láng Görgyi
- Vígh Noémi
- Molnár Kata
- Lázárné Radics Bernadett

• Pedagógus trénerek:

- Mózer Gabi
- Kovács Barbara
- Szandi-Varga Péter



Társas-érzelmi készségek fejlesztése

Social Emotional Learning (SEL)



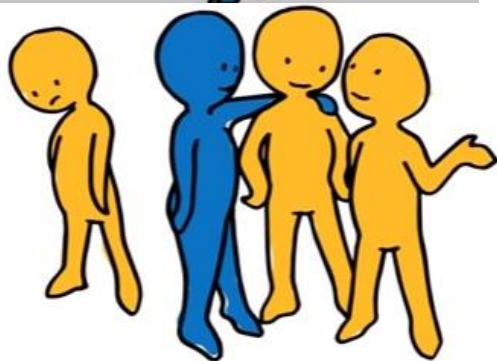
Self Management

Can I manage my feelings and change them?



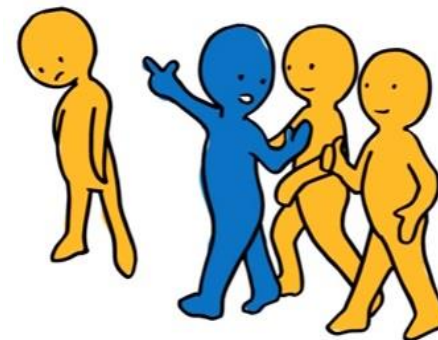
Self Awareness

Do I recognise my own emotions and feelings?



Social Awareness

Do I recognise the feelings and emotions of those around me?



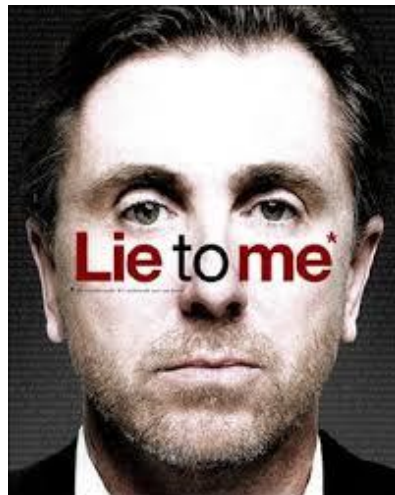
Relationship Management

Can I influence others around me?

SEL foglalkozások

1. Az érzelmi intelligencia területei
2. Hogy vagy (de igazán)?
3. Érzelmek felismerése társas helyzetekben
4. A bántalmazás természete
5. Ez nem bántalmazás, ez csak..... (önfelmentő stratégiák)
6. Hogyan lépj közbe egy bullying helyzetben?
7. Hogyan támogathatod a bántalmazás áldozatát?
8. Hogyan birkózzunk meg a rossz érzésekkel?
9. A változás alapjai
10. Hogyan tovább?





Hazudj, ha tudsz! Dr. Cal Lightman /Tim Roth/

3. Foglalkozás



Ez az arc a következő érzést fejezi ki: ...

Flörtölés • Érdeklődés • Öröm • Udvariasság

3. Foglalkozás



Ez az arc a következő érzést fejezi ki: ...

Udvariasság • Öröm • Vágy • Együttérzés

3. Foglalkozás

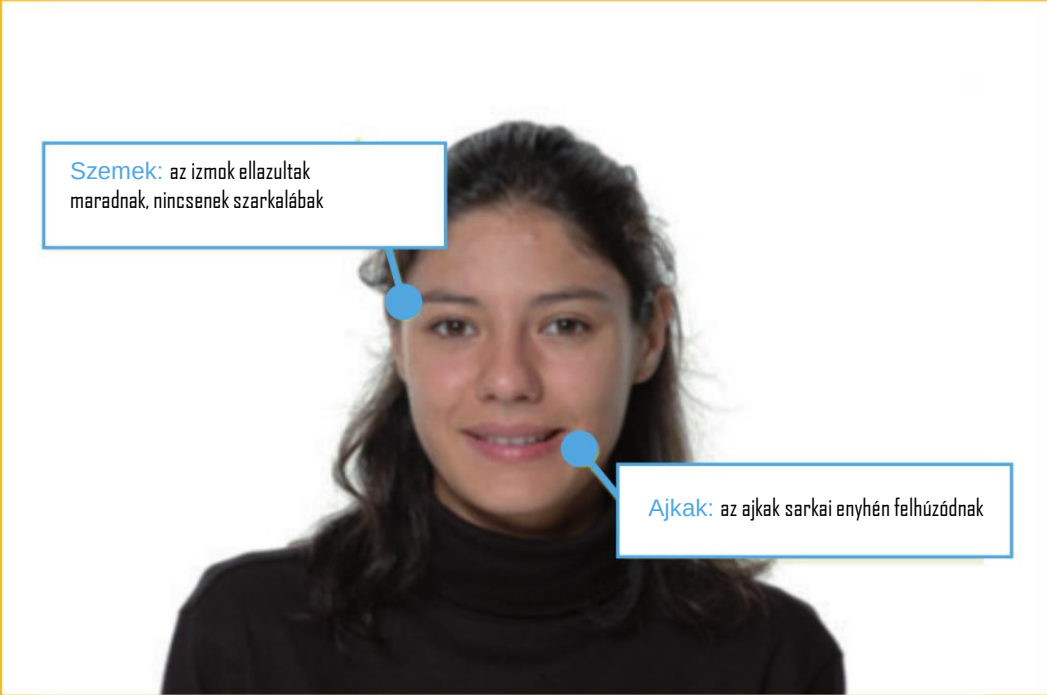


Szemhéj: a szem körüli izmok megfeszülnek, az alsó szemhéjak táskássá válnak

Ajkak: az ajkak sarkai felhúzódnak

Válasz **ÖRÖM**

3. Foglalkozás



Szemek: az izmok ellazultak
maradnak, nincsenek szarkalábak

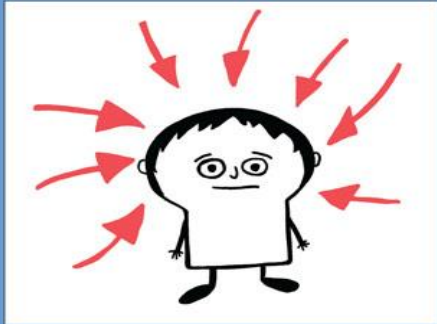
Ajkak: az ajkak sarkai enyhén felhúzódnak

Válasz **UDVARIASSÁG**



Marc Brackett, Yale Center for Emotional Intelligence, USA

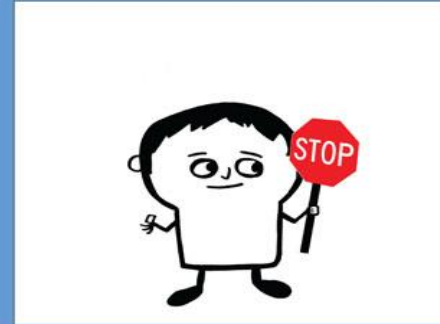
TAKE A META-MOMENT



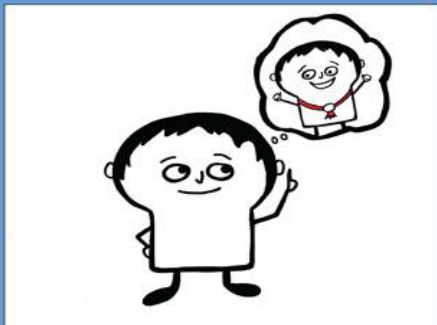
1. Something happens



2. Sense



3. Stop



4. See your best self



5. Strategize

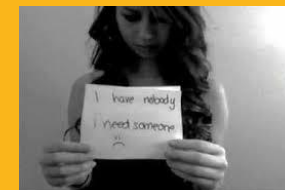


6. Succeed!



Anti-bullying foglalkozások (AB modul)

1. Mit jelent a bullying (iskolai bántalmazás)?
2. Miért lesz áldozat?
3. Miért lesz bántalmazó?
4. Tévhitek a bántalmazásról
5. Reakciók a bántalmazásra
6. Indirekt beavatkozás – támogatás
7. Indirekt beavatkozás – pozitív társas viselkedés
8. Direkt beavatkozás – közbelépés bullying helyzetekben
9. A bántalmazás jelzése – segítségkérés
10. Tegyünk együtt azért, hogy ne legyen bullying az osztályban!





4. Foglalkozás

Milyenek a bántalmazók és mit csinálnak?

Példák a bántalmazó viselkedésre

Bullying

Mit csinálnak a szemlélők?

Miért történik ez?



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Tanácsok közbelépéshez



1. Mikor helyes-e direkt módon beavatkozni?

HA BIZTONSÁGOS

2. Kit érdemes megszólítani?

SZEMLÉLŐKET

3. Mit, hogyan érdemes kommunikálni?

ASSZERTIVITÁS

Közbelépési módok

A védelmező...

- Azt mondja az áldozatnak: „Ne is törődj velük.”
- Próbálja humorral vagy pozitív hozzáállással oldani a helyzetet.
- Azt mondja a bántalmazónak, hogy azonnal fejezze ezt be.
- Megkéri az áldozatot, hogy hagyja ott a helyzetet és menjen vele.
- Azt javasolja a bántalmazást néző diákoknak, hogy vegyék be az áldozatot a csoportjukba.
- Az áldozat pártját fogja egy barát bevonásával.

Ezt teheted közvetetten, hogy kiállj az áldozat mellett



- Ajánld fel a barátságodat. Tudasd az áldozattal, hogy érted, min megy keresztül. Ez történhet úgy, hogy egyszerűen megkérdezed őt, hogy jól van-e, és tudatod vele, hogy ott vagy, ha beszélni szeretne.
- Mindig jelentsd az általad látott bármilyen offline vagy online bántalmazást egy felnőttnek.
- Vedd pártfogásba az áldozatot. Ha magányosnak tűnik, menj oda hozzá, és kérd meg, jöjjön üljön le/játsszon veled. A tanulók kisebb eséllyel válnak céltáblává, ha csoportban vannak vagy valaki más társaságában.
- Ne csatlakozz a bántalmazáshoz. Még ha csak ott állsz és figyelsz vagy nevetsz, azzal is bátorítod a bántalmazást, és közönséget adsz a bántalmazó számára.
- Tartsd tiszteletben mások különbözőségét. Ne ítéld el senkit azért, mert másként néz ki, vagy más érdekl.
- Gondold át, hogyan éreznéd magad, ha te lennél az áldozat, és mit szeretnél, hogyan kezeljenek.
- Bátorítsd a barátaidat és a bémészködőket, hogy menjenek el a helyszínről. Ha a bántalmazóknak nincs közönségük, kisebb eséllyel bántalmaznak

JELENLÉG NEM ELÉRHETŐ



Hali! Van hely
ennél az
asztalnál.

Te vagy a legjobb!

Hogy vagy?

Kedvellek.

Szia! Hagyd abba a
bántalmazást!

Mindenrendben?

Menő a táskád!

Gyere és játssz velünk!

Te vagy a legjobb!

Ne is törődj velük. Gyere!

Barát

Ne aggódj!

Szia!

Hé!

Én a barátod vagyok.

IGEN Igen.

Aranyos vagy.

Köszönöm

Nagyszerűen.

Hagyd abba a bántalmazást!

Hogy vagyunk?

Jól!

Klassz.

Gyere ma át hozzánk!





Osztálytermi tematikus foglalkozások 4-6. évf.

1. Ismereteket közvetít, tudatosít: bántalmazás rejtett formái, internetes bántalmazás, negatív következmények hangsúlyozása, áldozat hibáztatása helyett a csoport szerepének tisztázása
2. Attitűdöt formál, elutasító normaképzést segíti: áldozattal empátia, személyes felelősség hangsúlyozása, árulkodás tabujának megtörése
3. Készségeket fejleszt: biztonságos beavatkozási technikák begyakorlása, segítségkérés konkrét folyamata

➤ <http://iskon.opkm.hu/> Dokumentumtár: „Gyakorlatsor az iskolai bántalmazás megelőzéséhez” (Jármi, 2015)

➤ Békés Iskolák „Békés biztonságos közösség” modulja ennek alkalmazására készít fel



elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

NyugiOvi Program

- 4-7 éveseknek

<https://felzarkozas.szgyf.gov.hu/page.php?mid=332>



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Szőnyi
Lidi
műhely

Bullying prevenció már az óvodában

Komplex óvodai program a bullying megelőzésére



Jármí Éva és Várnai Dóra vezetésével szakmai stáb, elsősorban
óvodapszichológusok



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Csoportszabályok

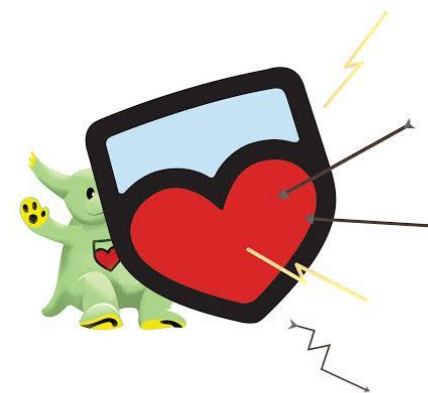
Mindenkit befogadunk a csoportba!	Elmondjuk, amit érzünk!	Nem bántjuk egymást!	Megvédjük azt, akit bántanak!	Szólunk, ha valakit bántanak!
--	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------



1.) MINDENKIT BEFOGADUNK A CSOPORTBA!



3.) NEM BÁNTJUK EGYMÁST!



4.) MEGVÉDJÜK AZT, AKIT BÁNTANAK!



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar





elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Egységes fellépés bántalmazási helyzetben

- A gyerek viselkedésének tárgyilagos leírásával azonosítani azt, mint bántalmazás (lehetőleg a program során alkalmazott kifejezések használatával): **Látom, hogy csúfolod/kihagyod a játékból/fenyegeted/megverted/összeromboltad...**
- Csoportszabályra hivatkozni, és az áldozat érzéseire utalni: **Tudod/emlékszel, az óvodában az a szabály, hogy nem bántjuk egymást, nem csúfoljuk/zárjuk ki/fenyegetjük... mert az fájhat, rossz lehet a másoknak.**
- Viselkedés elutasításának egyértelmű kommunikálni a tiltást: **Fejezd ezt be/hagyd ezt abba, kérlek.**



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar



A csoportfoglalkozásokon túl...

- A szülők bevonása: bullying dinamikájának megértése, szemlélők mit profitálnak, mit tegyenek ha érintett a gyermekük – Tájékoztatók (letölthető ENABLE, NyugiOvi, KiVa olvasható)
- Bullying incidensek kezelésének eljárásrendje – metodikát bemutatjuk az ENABLE képzéseken, olvasható itt: Jármí Éva-Piros Vera: Az iskolai bántalmazás: bullying - In: N. Kollár Katalin-Szabó Éva (szerk.): Pedagógusok pszichológiai kézikönyve II., Osiris, Budapest, 2017. 266-286. old.
- Intézményi bevezetés esetén bullying protokoll kidolgozása az ajánlott eljárásrend alapján lsd. hamarosan „Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány Gyerekvédelmi Irányelve és Útmutató”
- Nevelőtestületnek érzékenyítő előadás/foglalkozás
- Hatékonyságmérés: online állapotfelmérés és bullying szociometria



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Hoffman
Tamás és
Basa Bence
műhely

Bullying szociometria célja

- Osztály-szintű mérés szükséges, hogy a foglalkozásokat megvalósító pedagógus v. iskolapszichológus képet kapjon a csoport szerkezetéről, bullying-érintettségéről, különös tekintettel arra:
 - Van-e az osztályban akut bántalmazás?
 - Kik a szereplői?
 - Hogyan látják ezt az osztály tagjai, mennyire egységes a bántalmazás ill. szereplők megítélése?
 - Mi a szerepe a hangadóknak?
 - Kik lehetnek kulcs-szereplők az ENABLE foglalkozásokon (a magukat védelmezőnek érzők)?
 - Kire kell különösen figyelni az ENABLE foglalkozásokon (a magukat áldozatnak érzők, áldozatok)?
- Mérés csak akkor indokolt és javasolt, ha van mód utána anti-bullying foglalkozásokat tartani (NEM öncélú)



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

2020

<http://eszocmet.hu/>
oldalon keresztül...

Bullying-szociometria kérdései

Kérdés típusa	db	Kérdés
Rokonszenvi	3	szülinap, kirándulás, titok megosztás, iskolán túl kapcsolat
Népszerűségi	4	humor, legtöbben/legkevésbé kedvelnek, viselkedését sokan követik
Közösségi funkció	2	szervezés, osztály képvisellete
Bullying szerep	3	Áldozat: „akiket mások szóban vagy testileg bántalmaznak, esetleg kiközösítenek, és nem tudják megvédeni magukat?” Bántalmazó: „akik részt vesznek mások bántalmazásában, kiközösítésében?” Védelmeső: „akik helytelenítik a bántalmazást, és megpróbálják elérni, hogy a többiek is hagyják abba”?

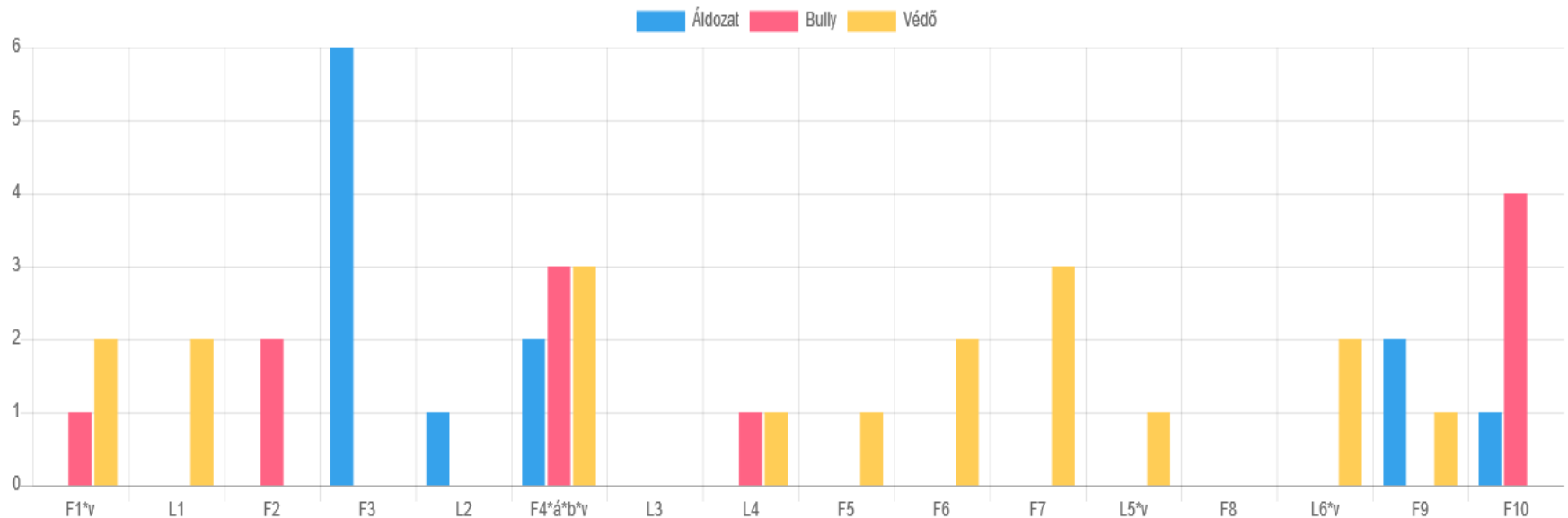


elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

A kapott bullying szavazatok száma táblázat

Grafikon





Összesítő táblázat



Össz	BULLYING					
	Népszerűség	Funkció	Áldozat	Bully	Védő	Jelentőség
2	12	1	0	1	2	18
2	3	14	0	0	2	22
1	1	0	0	2	0	5
0	-5	0	6	0	0	-5
2	0	6	1	0	0	13
1	17	5	2	3	3	26
1	0	0	0	0	0	2
3	5	4	0	1	1	17
3	1	8	0	0	1	15
0	9	6	0	0	2	39
2	8	13	0	0	3	36
1	1	2	0	0	1	5
3	5	4	0	0	0	20
3	6	6	0	0	2	22
2	7	1	2	0	1	11
0	-13	0	1	4	0	-13
26	57	70	12	11	18	233
	4.75	5.83	2.19	1.82	2.05	16.64



elte | ppk

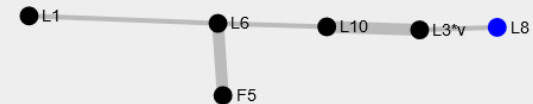
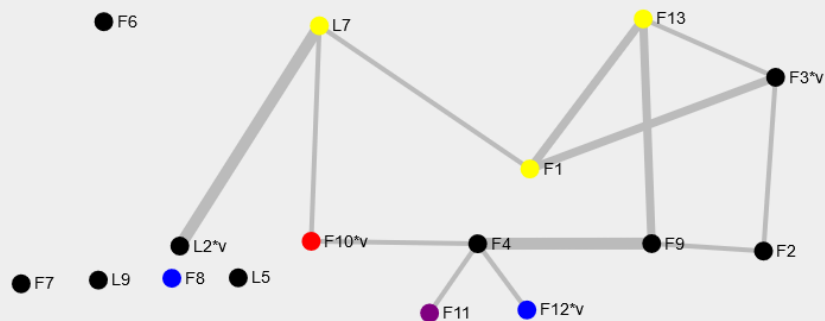
Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

RÖGZÍTÉS

ÚJRARAJZOLÁS

JELENTŐSÉG SZERINT

LETÖLTÉS



Szociogram

Színek:

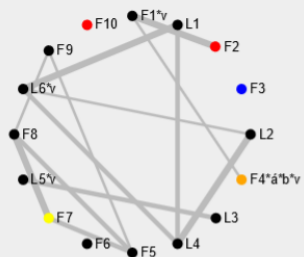
- Egyik sem
- Mindhárom
- Védő-Bully
- Védő-Áldozat
- Bully-Áldozat
- Védő
- Áldozat
- Bully

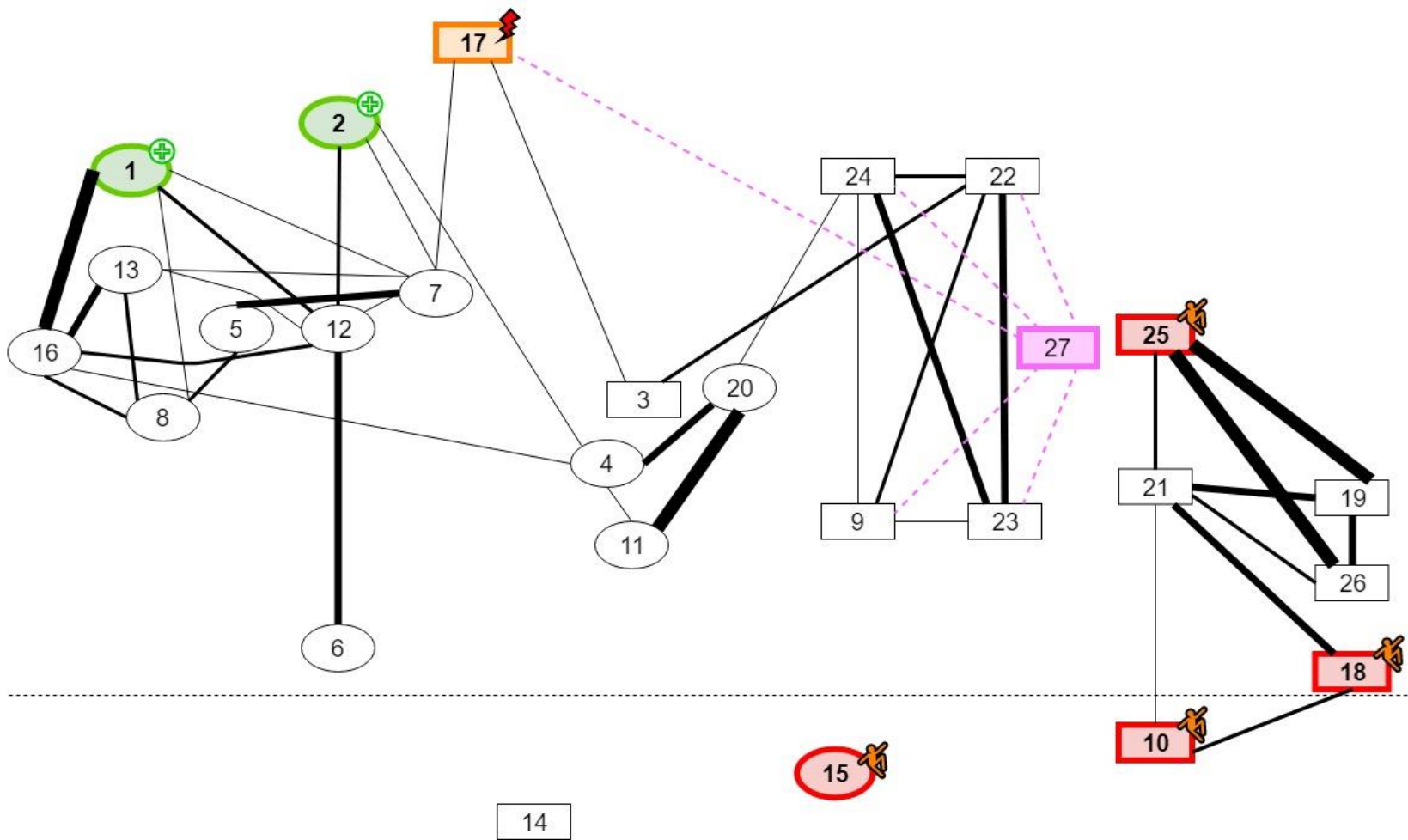
RÖGZÍTÉS

ÚJRARAJZOLÁS

JELENTŐSÉG SZERINT

LETÖLTÉS





= önmagát jelölte szerepe

= védelmező

= áldozat

= agresszor

hipotetikus kapcsolat =



elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

További anti-bullying kezdeményezések



Békés Iskolák

- A bántalmazás megelőzésének eszköze egy jól **mentalizáló** közösség kialakítása, amit **közösségformálás** mellett a diákok **társas-érzelmi készségek fejlesztésén**, az **erőszakmentes kommunikáció** erősítésén és békés konfliktuskezelési (**resztoratív**) technikák bevezetésén keresztül lehet elérni.
- Twemlow és Sacco (2012) *"Miért nem működnek az iskolai bántalmazásellenes programok"*
- Szemléletformálás, önkéntesség, elköteleződés, saját program kidolgozásához támpontok
- Sándor Éva (IP-koordinátor 😊), Adler Kata, Horgász Csaba és még sokan mások



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Színházi eszközök

- Színházi nevelés: színházi formában feldolgozott történet középpontjában mindig valamilyen erkölcsi/társadalmi probléma áll, amin a színész-drámatanárok és a néző diákok közösen gondolkoznak
- Cél: dilemma megfogalmazása és megvizsgálása, vélemények és érzések mozgósítása
 - *Káva Kulturális Műhely*
 - *Nyitott Kör Egyesület*
- Színpadi mű bemutatása + beszélgetés: Kalapos Éva: *Massza*, Eve Ainsworth: *7 nap* színpadi adaptációja



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Előítéletes alapú bullying megelőzése

- „Együtt az iskolai zaklatás ellen. Iránymutatás és képzés az iskoláknak kisebbségi diákjaik védelmére” projekt pl. Háttér Társaság, TASZ... Útmutató (2016)
- a társadalmilag hátrányos helyzetű kisebbségek könnyen beazonosítható tagjai a közösségben jelen lévő előítéletesség, rasszizmus miatt igen gyakran válnak bullying áldozatává
- tájékoztató anyagok és módszertani eszközök, főleg az LMBTQI és a fogyatékossgal élő diákokra fókuszálva - *Sokszínűség Oktatási Munkacsoport (SOM)*
- Kék-Vonal *deSHAME Projekt*: kortársak közötti online szexuális zaklatás – előadás, óratervek, útmutató



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar

Biztonságos Internethasználat

- *Safer Internet Program*, keretében pl. külső szakértőt lehet meghívni, aki az adott csoport igényeihez szabottan tart interaktív foglalkozást „*Netezz biztonságosan*” címmel + kisfilmek, gyakorlatsorok („*Web We Want*”) és oktató-társasjáték („*Lájkvadász*”)
- *Televele Médiapedagógiai Műhely* által kidolgozott tananyagok + igény szerint külső szakember megtartja a foglalkozásokat
- *Hegyvidéki ONvédelem Programja* (XII.kerületben) 10. osztályos kortárs-mentorok adnak iránymutatást a világháló okos használatához
- *Kormány Digitális Gyermekvédelmi Stratégiája*: hotline üzemeltetése, Búvösvölgy Médiaértés-oktató Központok



elte | ppk

Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar





elte | ppk

**Eötvös Loránd Tudományegyetem
Pedagógiai és Pszichológiai Kar**

Köszönjük a figyelmet!

ppk.elte.hu