

2021

**JÓ PÉLDÁK, TAPASZTALATOK ÉS
PROGRAMOK A KORTÁRS ZAKLATÁS
MEGELŐZÉSÉRE ÉS KEZELÉSÉRE**



**Inovatív Oktatásért
Intézet**

Felelős kiadó: Berta Tünde

Institút pre inováciu vzdelávania n.o.

Palatínova 36A, 94501 Komárno

Kiadás éve: 2021

Minden jog fentartva



Partnerséget építünk



Európai Regionális Fejlesztési Alap

Az ebook- kifizetés: STOPBULLYING projekt keretén belül készült

A projekt az Interreg V-A Szlovákia-Magyarország Együttműködési Program támogatásával valósul meg. A projekt kódja: SKHU/1902/4.1/105

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Regionális Fejlesztési Alap társfinanszírozásával valósul meg.

The content of this publication does not necessarily represent the official position of European Union.

www.skhu.eu

ELŐSZÓ

Csúfolás, a másik kinevetése, nevetségessé tevés, megalázás, megfélemlítés, az áldozat szégyenérzete és hallgatása, a kívülállók hallgatása – sok összetevője van a gyakran megfoghatatlan és láthatatlan jelenségnek a kortárs zaklatásnak. Nem is beszélve a fizikai és az online zaklatási formákról, amelyek az online térben töltött megnövekedett idővel szintén nagy mértékben megjelentek gyermekeink életében. Sajnos a legtöbb iskolai közösségben előfordul a zaklatás valamilyen formája. A problémát mindenekelőtt tudatosítani kell, hogy megfelelően tudjunk rá reagálni, felismerni, de legfőképpen megelőzni. Az iskolai kortárs zaklatás (bullying) megelőzése valamennyiünk felelőssége.

Füzetünkben igyekeztünk összegyűjteni a teljesség igénye nélkül azokat a jó példákat, módszereket, tapasztalatokat, programokat, prevenciós lehetőségeket, amik másoknak már segítettek, beváltak és jelenleg Szlovákiában is elérhetőek, megvalósíthatók.

A füzet első felében elsősorban a prevenciós lehetőségekre koncentrálunk és azokat a lehetőségeket módszereket gyűjtöttük össze. A füzet másik felében pedig azokat a programokat, szervezeteket, akik jelenleg intenzíven foglalkoznak a kortárs zaklatás valamely formájával és kínálnak programot, segítséget azok megelőzésére, megoldására.

Reméljük, hogy ezzel a rövid tájékoztató füzettel segítségére lehetünk, mind a pedagógusoknak, mind a szülőknek, akik keresik ezeket a megoldásokat, segítséget és lehetőségeket.

A Szerzők

1. AZ OSZTÁLYFŐNÖKI ÓRA SZEREPE A BULLYING MEGELŐZÉSÉBEN

A család és az iskola a két legfontosabb nevelési intézmény a gyermek életében. A családnak és az iskolának közös érdeke a gyermek megfelelő nevelése és megfelelő irányba való terelése. A szülő mellett az osztályfőnök az egyik legmeghatározóbb személy ebben a folyamatban. A jó kapcsolat és a kölcsönös bizalom a gyermek és az osztályfőnök között elengedhetetlen az eredményes közös munkához.

A kortárszaklatás egyik fő közösségi tere az iskola. Nagy felelősség hárul az osztályfőnökökre annak megelőzésében és az esetlegesen kialakult problémás helyzetek megoldásában. A pedagógus az egyik legmeghatározóbb nevelési tényező, aki a nevelés és oktatás folyamatában egész személyiségével hatást gyakorol a tanulókra. A pedagógus feladata a megfelelő légkör kialakítása az osztályban. Nagyon fontos, hogy legyen erre megfelelő lehetősége a tanítási folyamat alatt. A legalkalmasabb erre az osztályfőnöki óra, amikor a diákok és az osztályfőnökük kötetlen beszélgetéseket tudnak folytatni. Az iskolai nevelés folyamatában kiemelt szerepe van ezeknek az óráknak. Felmérésünkből kiderül a diákok leginkább ezeket a kötetlen beszélgetéseket hiányolják, hogy valaki figyelmesen meghallgassa őket és hogy közösen elbeszélgethessenek a problémáikról, a témákról, amik aktuálisan foglalkoztatják a fiatalokat.

A Szlovák állami tanterv nem sorolja a tanítási tantárgyak közé az osztályfőnöki órát, így az nem számít bele a kötelező óraszámba sem. Nagyon sok iskolán ezeket a közösség építő órákat teljesen kihagyják az órarendből. Pedig nagyon sokat tud segíteni a bullying helyzetek kialakulásának megelőzésében vagy akár, ha már kialakultak, azok oldásában.

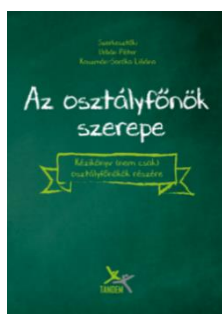
Az osztályfőnöki órák főbb szerepe a kortárs zaklatás megelőzésében és oldásában:

- 1. Összetartó osztályközösség kialakítása** – egy elfogadó, egymás iránt tisztelettel bíró gyerektársaságban szinte soha nem fordulnak elő zaklatási problémák. az osztályfőnöki óra teret biztosít az osztályfőnöknek a megfelelő osztályközösség, osztálylékkör fokozatos kialakítására.

2. **Fórum a fiatalokat érintő legégetőbb problémákra** – az osztályfőnöki óra egy olyan biztonságos KÖZEG, ahol, ha azt a pedagógus megféléen irányítja a fiatalok/tinik megnyílhatnak és nyíltan beszélhetnek az őket és a közösségüket érintő kérdésekről, problémákról. Megfelelően irányított kommunikációval közös problémamegoldással segíthetik problémás helyzetek elkerülését, megoldását.
3. **Hely és idő az osztályközösségük és iskolán belül viselkedési és kommunikációs szabályok megbeszélésére, közös megalkotására** - fontos, hogy a közösségen belül kialakult elvárások legyenek a viselkedéssel és az egymással való kommunikációval kapcsolatban. A legjobb, ha a fiatalok maguk alkotják meg ezeket a szabályokat közösen az osztályfőnökkel, mert így az a sajátjuk és könnyebb betartani és számonkérni is azokat. Az osztályfőnöki óra alkalmas erre is.
4. **Az osztályfőnöki órákra lehet szakembereket és szakértőket is hívni a gyerekeket érintő aktuális témákban.**
5. **A gyereke között kialakult konfliktushelyzetek, feszültségek oldása**- a gyerekek/fiatalok között kialakult konfliktushelyzet megoldásában gyakran van szükség felnőtt segítségére. Egy jól irányított beszélgetés és közös problémamegoldás az osztályfőnöki órán segít a kialakult konfliktus barátságos megoldásában.

Jelenleg két olyan fontos publikáció is elérhető a Szlovákiai piacon, amely hiánypótló az osztályfőnök, osztályfőnöki témakörben. Ajánlott nem csak osztályfőnököknek, de más pedagógusoknak és szülőknek is.

1. A TANDEM N.O. KIADÁSÁBAN JELENT MEG:



URBÁN PÉTER, KASZMÁN SÁRÓKA LILIÁNA: **AZ OSZTÁLYFŐNÖK SZEREPE - KÉZIKÖNYV (NEM CSAK) OSZTÁLYFŐNÖKÖK RÉSZÉRE**

- Mi is akkor valójában az osztályfőnök szerepe? Mire érdemes egy pályakezdőnek odafigyelnie? Hogyan tud fejlődni egy osztályfőnök? Mitől lesz valakiből jó osztályfőnök?
- Ezeket a kérdéseket járja körbe a kiadvány és próbál szembenézni azokkal az aktuális oktatási-nevelési kihívásokkal, melyek egyre inkább kikerülhetetlenek a 21. század oktatásában. Álhírek, (cyber)bullying, konfliktuskezelés, biztonságos internethasználat, környezettudatosság – hogy csak párat említsünk azok közül a témák közül, amelyekben fíz

szakember igyekszik gyakorlatias, könnyen használható eszközöket és módszereket mutatni a pedagógusoknak.

A könyv elérhető és rendelhető a következő címen:

<https://www.tandemno.sk/kiadvanyaink/az-osztalyfonok-szerepe-kezikonyv-nem-csak-osztalyfonokok-reszere>

2. A CENADA (CENTRUM NADANIA) n.o. fordításában és kiadásában jelent meg:



Sura Hart, Viktoria Kindle Hodson:

BIZTONSÁGOS OSZTÁLY – A konfliktuskezelés és a kapcsolatépítés módszertana

- A könyv leírja a tiszteletteljes, erőszakmentes kommunikáció fokozatos lépéseit. Két idegen motivációs beszélgetésén, gyakorlatias feladatokon keresztül, az áttekinthetőségen és a kommunikáció lényegét bemutató szlogenjegyeken alapul.
- Ennek alapja a tiszteletteljes kapcsolat kialakítása önmagával és másokkal, valamint az érzelmi biztonság kiépítése - egy olyan környezet kialakítása, amelyben nincs vád, nincs versenyzés, nincsenek bűnösök, és nincs tehetetlenség.
- A könyv mindazoknak szól, akik gyermekekkel, tanulókkal vagy diákok csoportjával dolgoznak, és mindazok számára, akik számára a tisztelettudó közeledés a kommunikációs alapszabály, amelyet megvalósítani szeretnének.

A könyv elérhető és rendelhető a következő címen:

<https://www.centrumnadiania.sk/odborne-informacie/nase-publikacie/cenada-kniha-bezpecna-trieda>

2. SZAKEMBER – ISKOLAPSZICHOLOGUS JELENLÉTE AZ ISKOLÁBAN, MINT JÓ PÉLDA

Felmérésinkből és a szülőkkel való beszélgetésekből egyértelműen kiderült, hogy azokban az iskolákban, ahol van iskolapszichológus kevesebb a konfliktus és a kortársaklatás. Jónak tartják, hogy van kihez segítségért, tanácsért fordulni, mind a gyereknek, mind a szülőnek. Kiemelték, hogy sokat segít az osztályközösségek összekovácsolásában és az osztályon belüli konfliktusok megoldásában.

Ha az iskola lehetőségei engedik mindenképpen fontos lenne mindenütt egy saját iskolapszichológus alkalmazása.

Miben segíthet az iskolapszichológus?

1. A pedagógusok segítője.

A pszichológus elsődleges feladata az lehet, hogy a diákokkal folyamatos kapcsolatban álló pedagógusokat segítse: megerősítse őket szakmaiságukban, tanácsokat adjon, lehetőségeket, utakat mutasson meg nekik, reflektálttá tegye a munkájukat, segítsen nekik végig gondolni a döntéseiket, helyzetüket, magatartásukat, gesztusaikat.

A tanár gyakran marad egyedül a problémákkal. Nagyon nehéz érdemben tanácsot kérni a kollégáktól, úgy megbeszélni helyzeteket, hogy a megbeszélés során mindenki tényleg egyenrangú és őszinte legyen. Egy pszichológussal mindez könnyebb: nincs közöttük (vagy sokkal kevésbé valószínű, hogy van) rivalizálás, nincs bezegezés, nincs hatalmi vagy kompetenciakérdés. Fontos lenne minden tanár számára, hogy a saját munkájáról, elsősorban a nehéz helyzetekről, megoldatlan szituációkról, ellenálló vagy nehezen kezelhető gyerekekről komolyan és őszintén beszélgetni tudjon. Az iskolapszichológus megbeszélési lehetőséget jelent, némi pszichológiai ventillációt és szakmai megerősítést, az eszköztár bővítését, frissen tartását, és folyamatos találkozást olyan szempontokkal, gondolatokkal, ötletekkel, amelyek nekünk magunknak nem jutottak az eszünkbe.

2. Az iskola segítője

Az iskolapszichológust bevonása az iskola működésébe, és komoly szerepet adva neki olyan programokban, amelyekben a szaktudása mindenképpen sokat tehet hozzá a közös feladatmegoldáshoz, nagy segítség az egész iskolai közösség számára. Egy iskola életében sok olyan helyzet adódik, ahol az iskolapszichológus jelenléte nagy segítség. Ilyenek például: szülői értekezletek, osztályfőnöki órák, drogrevenió, társadalmi érzékenyítő programok, pályaválasztási segítség, a tanulásmódszertan tanítása, konfliktusmegelőzés és -kezelés és így tovább.

3. Az osztályok segítője

Segíthet az osztályfőnököknek az osztály légkörének kialakításában, majd nyomon követésében és – szükség esetén – korrekciójában. Megerősítheti az osztályon belüli kapcsolatokat, vagy segíthet átrajzolni őket. Segíteni tud az osztály és egyes tanárok, a diákok egymás közötti, az osztályfőnök és osztálya közötti konfliktusokban – és ezzel megtaníthatja a diákokat (és a tanárokat is) arra, hogy minden konfliktus rendezhető, hogy a konfliktusoktól nem kell félni, de nem is szabad hagyni elmérgesedni őket.

4. Az egyes diákok segítője

Persze, az is az iskolapszichológusa feladata, hogy segítse a bajba jutott diákokat, hogy segítse a tanárokat azokkal a diákokkal való munkában, akikhez a tanárok nem találják a kulcsot. Vagyis van értelme annak is, hogy egyéni beszélgetéseket, konzultációkat és terápiát folytasson. Hadd tegyem hozzá: ennek annál inkább van létjogosultsága, minél szegényebb és hátrányosabb helyzetű településen vagyunk, ahol minél kevésbé jut eszébe az iskolába járó diákoknak és családjuknak, hogy pszichológushoz forduljanak, minél kevésbé van esélyük a gyerekeknek eljutni egy pszichológushoz, és minél kevésbé van pénzük a családoknak ezt kifizetni.

Ahol nem megoldható a saját iskolapszichológus és problémánk adódik, ott érdemes a pedagógiai-pszichológiai szakszolgálatokhoz (Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie) fordulni, ahol szakpszichológusok és gyerekpszichológusok tudnak nekünk segíteni és akár az iskolának is.

Minden körzetnek, járásnak saját központja van, például a komáromi járásban: <https://www.cpppap-komarno.sk/>

3. ÉRZÉKENYÍTÉS ÉS AZ ASSZERTÍV KOMMUNIKÁCIÓ A BULLYING MEGELŐZÉSÉBEN

1. Az Iskolai Elfogadás Program

Egy felmérés szerint az iskolában a gyerekek egymással szembeni viselkedési nehézségei nagy részének gyökere leginkább egymás elfogadásának valamilyen mértékű hiánya.

Iskolán belüli elfogadáson azt értjük, hogy a gyerekek (diákok) könnyedén tudomásul veszik egymás jelenlétét, megértést, de minimum türelmet tanúsítanak a másik iránt, függetlenül attól, hogy a másik nem úgy néz ki, mint ő, nem úgy öltözködik, nem úgy viselkedik, nem úgy tanul vagy gondolkodik, mint ő.

Az elfogadás hiánya és az iskolai agresszió

Az iskolai agresszió végső soron az elfogadás teljes hiányát mutatja. Az agresszív gyerek legtöbbször nem csak másokat nem fogad el olyanoknak, amilyenek, hanem saját magát sem elégedett, de a külső szemlélő számára ez nem tűnik fel, mivel ő csak azt tapasztalja, hogy ez a gyerek nagyon akaratosan próbálja társait lelki és néha fizikai értelemben is maga alá gyűrti. Amikor a többi gyereknek szintén alacsony az elfogadási szintje, akkor ez egy ördögi körré alakul, ahol senki sem tudja belátni, hogy a többiek nézőpontja, vélekedése hasonlóan fontos, mint az övé – még akkor is, ha a vélekedésük eltérő.

Az Iskolai Elfogadás Program célja az elfogadás növekedése diákok és diákok, valamint diákok és pedagógusok között, valamint békésebb, együttműködőbb gyerekek és olyan közösség, amellyel kapcsolatban más pedagógusok is észreveszik, hogy valami jó irányban változott.

(forrás: <https://azutaboldogsaghoz.hu/iskolai-elfogadas-program/>)

A program végére a gyerekek megtanulnak „a másik fejével gondolkodni”, és ezt anélkül teszik, hogy közben saját magukat kellene feladniuk vagy megtagadniuk.

A program díjmentes az iskolák számára. Egy napos képzéssel indul a tanárok számára, mert magát a programot ők folytatják csoportjukkal, osztályukkal az iskolában. A foglalkozások száma a diákok korától, képességeiktől és a közösségen belüli viszonyoktól függően 12-18 alkalom.

2. Az Etikus Iskola Program

Az iskolai viselkedési nehézségek gyökere leginkább a tolerancia hiánya, egymás elfogadásának valamilyen mértékű képtelensége. Az iskolába sok minden érkezik a családból, így ha a gyerek otthon nem kapja meg a neki járó elismerést, hanem állandóan elégedetlenek vele, a kinézetével, az öltözkéssel, a viselkedésével, a tanulmányi eredményével, akkor követni fogja ezt a mintát és nem könnyen fogad majd el más gyerekeket. Ezért fontos, hogy az iskolában próbáljuk meg növelni a tanulók elfogadásának szintjét. Hátrányosabb környezetből érkező diákok vagy elkényeztetett gyerekek számára az iskola szinte az egyetlen hely, ahol mégis elsajátíthat némi toleranciát, megértést.

Az Etikus Iskola Program egy olyan program, amely az iskolák számára van meghirdetve. Célja, hogy a gyerekek megtanuljanak „a másik fejével gondolkodni” és ezt anélkül teszik, hogy közben saját magukat kellene feladniuk vagy megtagadniuk.

(forrás: <https://azutaboldogsaghoz.hu/iskolaknak-ovodaknak/>)

Az eredmény az elfogadás növekedése, a békésebb, együttműködő gyerekek és egy összetartó, elfogadó közösség. A program végén a gyerekek képesek lezárni egy vitát akár így: „Ugye mondhatjuk, hogy eltérő a véleményünk?” Általában más tanárok is felfigyelnek arra, hogy az olyan csoportokból való gyerekek, melyek végzik vagy végezték a programot, udvariasabban, tiszteletudóbban viselkednek még a szünetekben is egymással és a felnőttekkel.

3. Asszertív kommunikáció

Asszertív, magabiztos, hatékony önérvényesítés úgy juttatja érvényre akarátát, hogy mások érdekeit, igényeit, jogait igyekszik tisztelni. Őszintén, nyíltan képviseli saját szükségleteit. Erényeit és gyengeségeit ismeri, beismeri. Vállalja véleményét, érzéseit akkor is, ha konfliktusokkal járhat. Kommunikációja világos, érthető, a véleményt és tényeket megkülönböztet, képes alternatív

megoldásokat figyelembe venni, figyelmesen meghallgatta a másikat, gesztusai nyitottak.

Az asszertív kommunikáció lépései: 1.a másik meghallgatása, 2. Asszertív jogok szerint való gondolkodás, 3. Önmagunk kifejezése.

A zaklatás négy ellenszere: az önbizalom, a barátságos viselkedés, legalább egy igaz barát, és a beilleszkedési képesség.

Önbizalom: hogy a zaklatók kit szemelnek ki maguknak, sajnos nem befolyásolhatjuk, viszont azt állíthatjuk, hogy minél nagyobb egy gyermek önbizalma, annál kisebb eséllyel fogja megadni magát, ha elkezdik "kószolgatni". A magabiztos gyermek inkább külső okoknak fogja tulajdonítani a bántalmazást, nem önmagát okolja miatta. Jó, ha megjegyzi a gyermek: "én rendes, becsületes ember vagyok. Semmivel sem érdemeltem ki ezt. Aki rám támadt, eltévesztette a házsámot. Biztos bal lábbal kelt fel, azért gonoszkodik, hogy jobban érezze magát." Ha egy gyermeknek kicsi az önbizalma, sebezhetővé válik. Ha felteszi magának a kérdést: Miért én? Önmaga ellen fordul, igazolást keres a támadó viselkedésére.

Önbizalmuk építésében a gyerekeknek szükségük van a környezetük bátorítására, visszajelzéseire. A mindennapok során adjunk nekik útmutatást- ha helyesen viselkednek, azt emeljük ki, dicsérjük meg, emlékeztessük őket jó tulajdonságaikra, szerethetőségükre, illetve magunk is példát kell, hogy mutassunk családi életünk során akár az önbecsülésünk akár asszertivitásunk terén.

Barátok, haverok: ha az embernek vannak idősebb haverjai, igaz barátként viselkedik, és ügyesen szerez új barátokat, csökkentheti az őt érő incidensek esélyét. Jó, ha az iskola és szülők is támogatják a gyerekeket abban, hogy az idősebbek összeismerkedjenek a kicsikkel, "patronálják" őket, mely során fejlődik empátiás készségük, jó módon kapcsolódnak.

A gyerekeknek meg kell tanulniuk, hogy hogyan kell jó barátságokat kiépíteni, elmélyíteni, kilépni káros kapcsolatokból- ezen tudás alapjait szintén a meleg, elfogadó, de határokat, szabályokat, egymás tisztelő családban tanulhatják meg.

Ötletek, hogy hogyan tarthatják meg barátaikat:

1. Bánj velük kedvesen, tiszteld őket!
2. Állj ki értük!
3. Állj mellettük, mikor segítségre, tanácsra van szükségük!

4. Mondj igazat- kedvesen!
5. Ha megbántottad, kérj bocsánatot!
6. Ha megbántottak és bocsánatot kértek, bocsáss meg!
7. Tartsd be az ígéreteid!
8. Fektess energiát a barátságba!
9. Fogadd el őket olyanak, amilyenek!
10. Úgy bánj velük, ahogy te szeretnéd, hogy veled bánjanak!

Az asszertív kommunikáció elsajátítására léteznek ingyenes programok iskoláknak, főleg a gyerekek érzékenyítésére és az asszertív kommunikáció fejlesztésére.

4. OKTATÁSI MÓDSZEREK HELYE ÉS SZEREPE A BULLYING MEGELŐZÉSÉBEN

Egy megfelelő oktatási módszer bevezetése és alkalmazása az iskola mindennapjaiba sokat tud segíteni az iskolai bullying helyzet javításán a zaklatások megelőzésében. Ma már több olyan módszert is alkalmaznak több iskolában, amelyeknek nem csak az oktatás színvonalának és minőségének a javulására van hatással, hanem nagy szerep van a gyerekek érzékenyítésében az egymás iránti tisztelet és szeretet kialakításában az integrációban. Itt most egy-két olyan módszer, program kerül bemutatásra, amellyel már iskoláknak jó tapasztalataik vannak és amelyek könnyen elérhetőek mások számára is, akik módszertani változásokat is szeretnének az iskolájukban elérni a zaklatási problémák elkerülése mellett.

1. Boldogság óra program – Boldog iskola projekt

A Jobb Veled a Világ Alapítvány Boldogságóra programja a pozitív pszichológia kutatási eredményeire épített élménypedagógiai módszertan. A program mind a tanárok, mind a gyermekek lelki jóllétével foglalkozik, sőt a szülők bevonására is lehetőséget nyújt!

A program a tanév minden hónapjában olyan témát jár körül, mely segíti és támogatja a gyerekeket a hétköznapi problémákkal való megküzdésben, és a folyamatos önismereti fejlesztéssel és boldogságérzetet fokozó technikák bemutatásával személyes, lelki egészségüket is tápláló kompetenciáikat fejleszti.

A boldogságórák célja nem az, hogy problémamentes életmodellt állítson a fiatalok elé, hanem hogy vezérfonalat adjon az óvodásoknak, iskolásoknak, hogy könnyebben nézzenek szembe a kihívásokkal, képesek legyenek megbirkózni a problémákkal, valamint, hogy lehetőséget adjon a testi-lelki egészség megtartásához szükséges tényezők tanulmányozására és tudatosítására.

A program kitalálói és elindítói Bagdy Rella és Bagdy Emőke korcsoportokra bontva kínálja az iskoláknak óvodáknak csatlakozási lehetőséget, komplex egész éves tervvel koncepcióval felépítve. A

pedagógusok számára képzéseket is biztosít. Részletesebb információkat és a csatlakozás lehetőségeit a program weblapján találnak. Idén ismét lehet pályázni a Boldog Iskola címre, melyről szintén webélapjukon találnak részletes leírást.



<https://boldogsagora.hu/>

2. Komplex Instrukciós Program – KIP

A Komplex Instrukciós Program (KIP) egy olyan speciális kooperatív tanulási eljárás, mely a különböző társadalmi helyzetű, különböző képességű és teljesítményű gyerekek hatékony együttnevelését tűzte ki célul. Eredetileg a San Franciscó-i (Palo Alto) Stanford Egyetemen fejlesztették ki. Magyarországon 2001 óta alkalmazzák sikeresen, Szlovákiában 2018-ban került bevezetésre 2 iskolában.

A Komplex Instrukciós Program olyan tanítási módszer, mely lehetővé teszi a tanárok számára a magas szintű csoportmunka szervezését olyan iskolában, illetve osztályokban, ahol a tanulók közötti tudás béli és társadalmi különbség és kifejezőképesség tág határok között mozog.

A Program a következők miatt alkalmas a heterogén tanulói csoport nevelésére:

- Az osztályon belüli státusz béli problémák már az iskola kezdő szakaszában felismerhetőkké és kezelhetőkké válnak. Segít az elfogadásban és a tolerancia nevelésben. Az osztályon belüli zaklatás teljesen megszűnik.
- A csoportfoglalkozások alatt a heterogén összetételű osztályokban a speciális instrukciós eljárás alkalmazásán keresztül lehetőség nyílik a tanulóknak az együttműködési normákra történő felkészítésére.
- Sokféle, eltérő képességet megmozgató tananyag alkalmazásával a felszín alatt megbúvó képességek kibontakoztatása.

A speciális munkaszervezés lehetőséget ad a pedagógusnak arra, hogy a feladatok sikeres végrehajtása érdekében megtanítsa a gyerekeket a csoporton belüli együttműködési normákra, a munkában a meghatározott szerepek elsajátítására. A tanárnak az óra során alkalma nyílik a csoport egésze és a csoporttagok egyedi munkájának követésére, és az osztályon belüli

hierarchikus rendnek a megváltoztatására, mely alapján véve felelős a csoporton belüli egyenlőtlenség kialakulásáért.

Ahhoz, hogy minden tanuló számára biztosított legyen a tanulásban történő előmenetel, a tanárnak meg kell tanulnia a diákok között kialakult státuszproblémák kezelését. Tudjuk, hogy a csoportmunka során a tanulók nem egyenlő mértékben vesznek részt a munkában, és emiatt a tanulásban való részvétel is egyenlőtlen lesz. A KIP eddigi kutatási eredményei azt támasztják alá, hogy minél többet beszélget és dolgozik együtt a csoport, annál többet tanulnak a gyerekek. A Komplex Instrukció Programban a tanár célja az, hogy minden diáknak megadja a lehetőséget a munkában való egyenrangú munkavégzésre, tudatosítja, hogy mindenkinek van olyan képessége, amely alkalmassá teszi a feladatok megoldásában való sikeres közreműködésre.

A Programról részletesebben olvashatnak és kaphatnak tájékoztatást az Innovatív Oktatásért Intézet honlapján. Itt található segédanyagot is a módszerről magyar és szlovák nyelven egyaránt. Bátran keressék a program iránt érdeklődők Berta Tündét az intézet ügyvezetőjét.



INŠTITÚT
pre INOVÁCIU
VZDELÁVANIA N.O.

<http://iiv.sk/komplex-instrukcios-program/>

3. Gyermek Ház Alternatív Alapozó Program

A Gyermek Ház Alternatív Alapozó Program a kilencvenes évek elején született, az 1991-92-es tanév óta működik.

Személyközpontú program fő célkitűzése, hogy minden tanuló számára hatékony, tanulási esélyegyenlőséget biztosító iskolai környezet alakítson ki.

A program célja, hogy az iskola nyújtson minden gyermek, fiatal számára elfogadó, biztonságos környezetet, biztosítsa az egyéni tanulási út lehetőségét, és neveljen szabadságra, kreativitásra, önállóságra, gondolkodásra. Elfogadjuk, értéként kezeljük a különbségeket. Hiszünk abban, hogy minden gyermek értékek hordozója, joga van biztonságot, támogatást nyújtó iskolai környezetben tanulni.

A Gyermek Ház nyitott iskola, elfogadjuk, természetesnek tartjuk, hogy minden gyerek más és más, önálló személyiség. A program kiemelten

kezeli az elfogadást, az empátiát, a toleranciát. Hisz az egyéni különbségeket tisztelő, elfogadást nyújtó nevelés, oktatás személyiségfejlesztő hatásában.

A Gyermek Ház befogadó (inkluzív) iskola, osztályainkban együtt tanulnak ép és sérült, különböző adottságú, érdeklődésű, eltérő ismeretekkel, lehetőségekkel bíró diákok.

A programról és az iskoláról részletesen az iskola és a program honlapján olvashatnak. Az iskola nyitott vendégek, pedagógusok fogadására és a tapasztalataik átadására. Ajánljuk minden érdeklődőnek bátran vegyék fel velük a kapcsolatot.



<https://gyermekkhaza.hu/>

4. Zöld kakas módszer és iskola

A Zöld Kakas módszer egy alternatív oktatási módszer és intézmény, amely sorból kilógó, tehetséges gyerekeket gyűjti össze és fejleszti. Több tagintézménnyel működik. Alapelvük: „A világot a hétköznapi emberek tartják fenn, de eredeti ötleteikkel a furcsák viszik előre.”

A Zöld Kakas Módszer főbb alapelvei:

- Egyéni fejlesztés- egyéni utak megtalálása
- Személyre szabott tanulás
- Élmény alapú technikák alkalmazása
- Toleranciára nevelés
- Tehetség gondozás
- Resztoratív szemlélet
- Személyes figyelem
- Egyéni megközelítés

A programról és az iskoláról részletesen az iskola és a program honlapján olvashatnak. Az iskola nyitott vendégek, pedagógusok fogadására és a tapasztalataik átadására. Ajánljuk minden érdeklődőnek bátran vegyék fel velük a kapcsolatot.



<https://zoldkakas.hu/>

5. Egyéb módszerek:

A következő módszerek a teljesség igénye nélkül, azon felül, hogy hatékony módszerek tudásszerzésre, problémamegoldás tanítására, a gyerekek hatékony együtt dolgozásra építenek, amely az egyik fő alapja egy elfogadó toleráns osztály-, és iskolai közösségnek.

- **Dráma pedagógia** elemeinek aktív órai használata – az érzékenyítésben, a megelőzésben és a zaklatás feldolgozásában nagy szerepe lehet azon kívül, hogy hatékony oktatási módszer. A pedagógusok és érdeklődők számára rengeteg anyag és képzés elérhető ebben a témakörben.
- **Csoportmunkák** – az aktív és rendszeres csoportmunka alkalmazása a tanórán segíti a gyerekek együttműködést és a közös problémamegoldásra épít. Azok a gyerekek között, akik jól tudnak együtt dolgozni ritkább, sőt, szinte meg sem jelenik a zaklatás. A csoportmunkáknak különböző formái vannak, ezekből lehet válogatni, mindenkinek a testhezállót. A piacon rengeteg segédanyag és képzés elérhető ebben a témában.
- **Projektoktatás, projektmunkák alkalmazása** – a hatékony együttműködésre épít, tolerancia és az egymás elfogadása a közös problémamegoldás alatt. Rendkívül hatékony oktatási forma. Az interneten rengeteg anyag elérhető a témában. Képzések széles tárháza van jelen a piacon, melyek segítik a pedagógusok munkáját.

5. PROGRAMOK, SEGÉDANYAGOK A BULLYING HATÉKONY KEZELÉSÉRE

1. KIDSAFEDU (Futureg erasmus+ projektje):

A KIDSAFEDU egy olyan határon átnyúló online koncepció, mely a gyermekek online biztonságának sürgős védelmére hívja fel a figyelmet gyermekjogi és IKT eszközökkel. (projekt elérhetősége:

<http://futureg.sk/hu/kidsafedu/>)

2020 márciusában az iskolák online oktatási intézményekké váltak, a szülők szinte tanárok lettek, a tanárok pedig IKT szakmai dolgokat kényszerültek megtanulni.

Ha a gyermekek számára legfontosabb felnőttek és figyelemfelkeltő kampányok nem reagálnak elég gyorsan és érthetően a gyermekek online jelenlétének égető problémáira, a helyzet kiélesedhet és akár internetes zaklatássá vagy más társadalmi problémává fajulhat. A EU Biztonságos Internet programja szerint minden harmadik gyermek már találkozott online zaklatással.

Magyarországon és Szlovákiában a statisztikák néhol még magasabbak, mivel korábban a téma nem volt kiemelten fontos. Ezt bizonyítja az a tény is, hogy évente több száz új online bűncselekményt regisztrálnak. Ezt a problémát a határon átnyúló együttműködéssel effektívebb megoldani, mivel oktatási intézményeink, tudástárunk és IKT készségeink nagyon hasonlóak.

A projekt célja a szlovák-magyar nyugati határtérség oktatási intézményeinek szakmai támogatása a biztonságos online oktatási eszközök területén és a kiskorúak internetes zaklatásának megelőzése érdekében.

A projekt keretében felmérjük a célcsoport igényeit, mind a gyerekek és felnőttek közt. Kidolgozásra kerül tanárok számára az online biztonsághoz szolgáló módszertan, IKT eszközök sorozatát tartalmazó tananyag is, mert „Az internetet felnőtteknek találták ki, de a gyermekek veszélyesebben használják.”

A Futureg csoport e-book kiadványa egy kétnyelvű kortárs mentor tankönyv, a projekt részletesebb eredményeit pedig az alábbi linken lehet megtekinteni:

<http://futureg.sk/blog/2021/05/25/vydali-sme-ebook-pomocou-nds/>

2. „Írj, válaszolunk neked. “– kortárs zaklatás elleni projekt

Az „**Írj, mi válaszolunk neked**” című projekt a Markíza Alapítvány kezdeményezésének eredménye, amely a pszichológia, a kutatás és a stratégia területén működő szakértők bevonásával a zaklatás elleni küzdelemben és a zaklatás megelőzésében tevékenykedik. A projekt partnerei a Linka detskej istoty, n. o szervezet, valamint a Szlovák Köztársaság Oktatási, Tudományos, Kutatási és Sportminisztériuma.

(https://nadacia.markiza.sk/aktualne/2009270_nadacia-markiza-startuje-velky-projekt-boja-proti-sikane)

A projekt célja, hogy támogatást nyújtson a zaklatás áldozatainak, akik gyakran nem tudják megvédeni magukat, vagy nincs kihez fordulniuk. Ezért el kell kezdeni a témában a nyílt beszélgetést és megvitatni a zaklatás problémakörét azokon a helyeken, ahol ez a probléma a legelterjedtebb - a gyermekek, a tanárok és a szülők körében.

A gyermekek és fiatalok gyakran nem tudják egyedül megoldani a zaklatás problémáját - segítségre van szükségük. Egy ilyen helyzet átélése jelentősen befolyásolja a gyermekek és fiatalok személyes, társadalmi és oktatási fejlődését, ugyanakkor negatívan befolyásolja testi és lelki állapotukat. A kezeletlen tapasztalatok hosszú távú következményeket hozhatnak, amelyek gyakran felnőttkorban is fennállnak, ezért minden, a zaklatás megelőzését és megszüntetését célzó tevékenység szükséges és örömdetes.

A projekt célja egy kampányon belül modern módon bemutatni a zaklatással kapcsolatos főbb problémákat - azt, hogy ez bárkivel előfordulhat, valamint a környezet passzivitásának következményeit. A kampány mottója: "**A zaklatásnak nem szabad válasz nélkül maradnia**", ezért a kampány szimbóluma a **három pont**, ami a csevegő-alkalmazásokban azt jelenti, hogy valaki éppen válaszol az üzenetre. A három pont a remény szimbóluma, amely kifejezi, hogy téged már nem hagynak figyelmen kívül, mert mi segítünk neked. A zaklatás nem maradhat megválaszolatlan.

Az alapítvány ennek érdekében működteti a www.odpisemeti.sk weboldalt, amely lehetőséget kínál a legfontosabb első lépés megtételére, és a gyermeket, valamint a gyermek érdekében álló felnőttet a helyes megoldás útjára irányítja. A segítségnyújtás az anonim Gyermekbiztonsági Vonalon keresztül történik – az ingyenesen hívható 116 111 telefonszámon, amely a nap 24 órájában, a hét minden napján elérhető, de e-mailben is, a 116111@ldi.sk címre és chaten keresztül is, amely a weboldalon a kiválasztott órákban elérhető. A webhely látogatói rengeteg fontos információt találnak a témában, valamint érdekes videókat és cikkeket.

3. A Denník N cikksorozata a kortárs zaklatás ellen

A Denník N online napilap exkluzív tartalmú cikksorozatot indított el előfizetői számára. A sorozaton belül az iskolai környezet szakértői és pszichológusok kommentálják és elemzik a zaklatás fogalmát és témakörét, különös tekintettel az online zaklatásra.

A cikksorozatban megtudhatjuk többek között a következőket:

- hogyan bővítették a mobiltelefonok és az internet a gyermekek megfélemlítésének lehetőségeit;
- milyen esetekkel találkozunk a szlovák iskolákban;
- milyen pszichikai, lelki következményeket szenvedhet el a gyermek;
- mit kell szem előtt tartani a tanároknak a csevegőcsoportok létrehozásakor;
- hogyan reagáljon a szülő és mit ne tegyen,
- hogyan lehet felismerni, hogy a gyereket zaklatják vagy megfélemlítésnek lehet tanúja,
- mi a különbség a klasszikus zaklatás és az online zaklatás között stb.

Szakértők szerint a zaklatás valamilyen formáját minden gyermek legalább egyszer megtapasztalta már. Akár maga is áldozat, akár zaklató, vagy esetleg tanúként találkozik a zaklatással, de valamilyen módon bizonyosan a zaklatás résztvevőjévé válik. Az egyre szélesebb körben terjedő internethasználat előtt a bántalmazás többnyire káromkodás, csúfolódás, különféle manipulációk formájában jelent meg, vagy nem megfelelő tevékenységek, tárgyak vagy pénzlopás formájában, vagy közvetlenül fizikai zaklatás volt. Természetesen ezek a bántalmazási formák nem tűntek el, csupán az online zaklatással egészültek ki.

Bővebb információ az alábbi weblinken elérhető cikksorozatban található:

- <https://dennikn.sk/2038695/internetove-sikanovanie-sa-deje-zvlast-vecer-utocnici-nevidia-slzy-svojej-obete-hovori-psychologicka/>
- <https://dennikn.sk/2158768/co-ma-nezabije-to-ma-posilni-o-sikane-to-urcite-neplati-hovori-psychologicka/>

4. Gyerekek a világhálón – Deti na nete

Gyerekek a világhálón olyan webhely, amely a gyermekek online környezetben való jelenlétének aktuális kérdéseivel foglalkozik. Többek között a számítógépes zaklatás kérdésével is foglalkozik (bővebb információ az alábbi webhelyen:

<https://www.detinnete.sk/2015/09/09/viete-vsetko-o-kybersikane/>)

Néha egy teljesen ártatlan fotó, szöveges üzenet vagy videó is zaklatássá válhat. A szakirodalomban különböző megnevezésekkel találkozhatunk a számítógépes zaklatással kapcsolatban - cyberbullying, elektronikus zaklatás, mobil és internetes zaklatás vagy elektronikus agresszió. A számítógépes zaklatás formái és megnyilvánulásai nagyon sokfélék lehetnek. A következőben felsoroljuk az online zaklatás leggyakoribb típusait:

- **online provokálás** – sértő vagy vulgáris szövegű üzenetek, amelyek válasza szorulnak, provokatívak és hasonló kommunikációs stílusban kívánnak részt venni
- **online zaklatás** – az üzenetek és posztok célja az, hogy valaki életét kényelmetlenné tegyék azzal, hogy ismételten e-maileket, fényképeket, csevegéseket, lájkokat, megjegyzéseket küld. Az agresszor ismételten felhívja mobiltelefonon, kéretlen üzeneteket küld a mobiltelefonon keresztül, túlterheli az e-mail fiókot üzenetekkel, vírusokat küld. Megpróbálja feltörni vagy közvetlenül feltörni az áldozat profilját, megváltoztatja a jelszavát, szerkeszti az üzeneteit, megzsarolja és manipulálja az áldozatot fenyegetés ürügyén vagy más nem megfelelő fotók közzétételével...
- **rágalmazás** – pletykák, becsmérő hamis állítások, az áldozatról szóló koholmányok terjesztése. A cél az áldozat hírnevének megkárosítása, a barátaival és a körülötte lévő emberekkel való kapcsolatának megzavarása
- **online utánczás** – a zaklató az áldozatnak tetteti magát, bajba akarja sodorni. Ez magában foglalja egy online személyazonosság, egy profil,

egy weboldal, egy blog létrehozását, ahol az áldozatról viccelődik, hazugságokat terjeszt róla és gyakran másokat bántalmaznak a nevében

- **magamutogatás** – ez lehet kompromittáló vagy intim fotók, képek és videók online közzététele. A zaklató személyes jellegű, vagy személyes adatok megszerzésére és azokkal történő későbbi visszaélésre törekszik; továbbá lehet egy online csoportból való kizárás, az áldozat szándékos és durva kizárása. A kiszemelt áldozatot nem engedik be a csevegőszobákba, neve hiányzik a barátok listájáról, figyelmen kívül hagyják a beszélgetések során, és természetesen mindenki érezteti vele, hogy nem kíváncsi rá
- **üldözés/cyberstalking** – a zaklatás gyakori formája a vírusok, spamek, tömeges üzenetek állandó, idegesítő küldése. Rosszabb az üldözés, amely az áldozat iránti érdeklődés / szeretet miatt alakul ki, és célja a tárgy további megismerése vagy megszerzése. Ez az e-mailek, profilok ellenőrzésével történik, kommunikációja nyomon követhető, az üldöző az áldozat körüli emberekre is összpontosíthat. Létrehoz egy adatbázist, amelyet a kiszemelt áldozat fényképezésével egészít ki

Megelőzés vagy a gyermekek és fiatalok védelme? Nehéz 100% -os védelmet ígérni a gyermekeknek, de szülőként vagy az alábbiakat megtehetjük:

- tanácsolni az áldozatoknak, hogy kerülje a lehetséges veszélyeket,
- biztosítani az áldozat számára biztonságosabb webhelyeket, internetes zónákat,
- tanácsadás az áldozatoknak azokról a személyekről, akikhez érzelmi vagy lelki segítségért fordulhatnak (szülő, testvér), vagy informatika tanárhoz technikai segítségért,
- rábírni a gyermeket, hogy azonnal jelentse, amikor a támadó ismét megpróbálja megfélemlíteni. Ha nem mondja el nekünk, nem tudunk segíteni rajta!

A weboldal lehetőséget kínál a zaklatás megoldására mind iskolai, mind családi szinten és meglehetősen részletes utasításokat ad a problémás helyzetek megoldásához. Ugyanakkor felhívja a figyelmet a problémák megoldásának esetleges buktatóira és akadályaira is.

A weboldal szituációs gyakorlatokat is kínál a zaklatás felismerésének érzékenysége megerősítésére, valamint tesztek is a tárggyal kapcsolatos ismereteink igazolására ([viete všetko o kyberšikane?.pdf](#))

5. Gyermekbiztonsági vonal – Linka detskej istoty

A gyermekbiztonsági vonal jó példa arra, hogy miként lehet kezelni a kortárs bántalmazást és az online bántalmazást azok a gyermekek, fiatalok és felnőttek számára, akik olyan problémákba keveredtek, amelyekkel nem tudnak megbirkózni (<http://www.lci.sk/>).

Az online segélyvonal segíti a nehéz élethelyzetben lévő gyermekeket és fiatalokat abban, hogy ne maradjanak egyedül. 2021-ben a gyermekbiztonsági vonal „ünnepelhette” a fiatalok segélyvonalának negyedszázados folyamatos működését. A telefonvonal a nap 24 órájában, az év 365 napján rendelkezésre áll.

6. Gyermekbizalmi vonal – Linka Detskej Dôvery – minden gyermeket meghallgat

A gyermekbiztonsági vonal (www.linkadeti.sk, telefonos elérhetőség: 0907 401 749) lehetőséget nyújt folyamatos telefonos kapcsolattartásra, e-mailés és kortárs tanácsadásra, valamint kapcsolattfelvételre chaten vagy Skype-on keresztül. Aki segítségre vagy tanácsra szorul, fordulhat ehhez a tanácsadó központhoz. Az oldal arra ösztönzi a gyermekeket, hogy kapcsolatba lépjenek az alábbi esetekben, élethelyzetekben:

- ha valaki fájdalmat okoz neked,
- ha valaki szavakkal bánt,
- ha megfélemlítenek és bántalmaznak,
- ha problémáid vannak családotban, iskolában, társaiddal vagy kábítószerekkel,
- ha beszélgetni szeretnél.
- ha aggódsz egy barátod miatt, akit valami bánt és nem tudja, kihez forduljon

A weboldal tanácsot ad zaklatással és számítógépes zaklatással kapcsolatban is. Emellett tanácsadással szolgál a jobb és hatékonyabb tanulás kérdéseiben, az első szerelem, a gyermekek jogai és a családon belüli erőszak kérdésében is.