

Jelen kiadvány
a **Drogprevenció Munkacsoport**
KAB-ME-16-A/B-25378-as azonosító számú,
„Drog- és párkapcsolati erőszak prevenciót, valamint
iskolai erőszak prevenciót célzó, iskolai szintűen zajló
csoportfoglalkozások Baranya megyében” című
projektjének keretén belül jött létre.

A kiadványt szerkesztette: Máté Zsolt és Nagy Tímea



MIND Projekt
az egészségesebb,
biztonságosabb
iskolai közösségekért.

www.drogprev.hu

A program az Emberi Erőforrások
Minisztériuma támogatásával és a Szociális
és Gyermekvédelmi Főigazgatóság
közreműködésével valósult meg.



EMBERI ERŐFORRÁSOK
MINISZTERIUMA

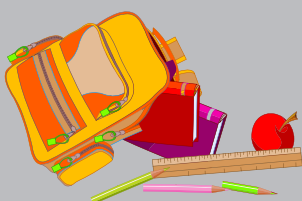
Figyelmeztető jelek lehetnek, ha gyermeke...

- gyakran van rossz hangulatban, kedvetlen, levert
- érzelmi állapotában, viselkedésében gyökeres változás áll be (pl.: hirtelen csökken az igyekezete, motivációja, érdektelenné vagy szokatlanul ingerlékenyvé válik)
- iskolai teljesítménye hirtelen hanyatlik, vagy szokatlanul gyenge teljesítményt nyújt
- eltűnnek, megrongálódnak a dolgai, melyre nem tud magyarázatot adni
- kisebb sérülésekkel, megrongálódott ruházattal jön haza
- nem szeret iskolába járni, nem akar részt venni semmilyen iskolai közösségi programon (pl.: kirándulások, iskolai rendezvények)
- rendszeresen előfordul, hogy nem tesz eleget a kötelezettségeinek (pl.: szaporodnak az igazolatlan órák, késések)

Fontos tudni, hogy a figyelmeztető jelek hátterében sokféle probléma húzódhat meg, ezért nem állítható, hogy egyes tünetek egyértelműen bizonyítják a bántalmazás tényét; de ha a fenti tünetek közül egyidejűleg többet is tapasztal, jusson eszébe, hogy akár iskolai zaklatásról is szó lehet.

Mi lehet az iskolai zaklatás, bántalmazás következménye?

- Nemcsak az áldozatok, de a bántalmazók körében is magasabb a kockázat olyan egészségkárosító magatartásokra, mint a dohányzás, a nagyívás, a verekedés, illetve ennek következtében szerzett sérülés.
- Az áldozattá vált gyermekeknél előfordulhat társaságkezelés, alacsonyabb önértékelés, különködés, sok hiányzás, „lógás”, szorongás, depresszió, súlyos esetben akár öngyilkosság is, vagy maga az áldozat válik erőszakossá.
- Ha egy gyermek hosszú időn át zaklat másokat, lényegében szokásává válik mások bántása és a szabályok megszegése. Így olyan baráti társaságokba sodródhat, ahol gyakoribbak a devianciák. Végül akár személyisége részévé válhat az erőszakosság, az agresszív kommunikáció. Mindezek életviteli gondokat, kapcsolati problémákat okozhatnak, illetve növekedhet a szabálysértő viselkedés előfordulása.



Az iskolai zaklatásról információs kiadvány

SZÜLŐKNEK



Mi az iskolai zaklatás, bántalmazás, bullying?

Amikor egy diákot rendszeresen, hosszú időn keresztül valaki vagy valakik lelkileg, illetve fizikailag bántanak. A bántalmazó és áldozat között az erőviszonyok egyenlőtlenek.

Az iskolai zaklatás formái lehetnek:

- csúfolás, fenyegetés, zsarolás, megalázás
- megütés, lökdösődés, megrúgás, bezárás
- kinevetés, valamire kényszerítés, köpködés
- tulajdon elvétele, megrongálása
- pletykaterjesztés, levegőnek nézés, kiközösítés
- kapcsolat szétrombolásával való fenyegetőzés
- hamis információk, kellemetlen vagy manipulált képek, videók felrakása az internetre



Kit érinthet?

Az iskolai bántalmazás bárkit érinthet. Résztvevői a zaklatók, áldozatok és a szemlélődők.

Bárki lehet áldozat, ahogy elkövető is.

Fontos tudni, hogy akik csak tanúi az eseményeknek, de nem tesznek ellene semmit, tétlenségükkel az erőszakot támogatják.

Gyakran előfordul, hogy aki elkövetője a bántalmazásnak, az korábban maga is áldozat volt.

A kortársbántalmazás egy viszonylag gyakori jelenség, általában 10–12 éves kiskamaszoknál kezdődik, az iskola 6–8. évfolyamában tetőzik, de jelen van a középiskolás korosztályban is. Nemzetközi felmérések szerint rendszeres elkövető – áldozat lehet minden tizedik diák.

A tanulók közel 40%-a pedig hosszabb-rövidebb ideig közvetlenül is érintett az iskolai bántalmazásban.

Mit tehet a szülő?

- **Legyenek információi gyermeke társas kapcsolatairól!**

Beszélgessen gyermekével az iskoláról, iskolai programokról, osztálytársairól, internetes kapcsolatairól, tevékenységeiről is. Tudjon róla, hogy aktuálisan kik a barátai, kit kedvel, van-e valakivel konfliktusa.

- **Kommunikáljon a pedagógusokkal!**

Kísérje figyelemmel gyermeke iskolai életét, fejlődését, viselkedését, érdeklődjön a pedagógusoktól. Időről – időre beszéljen a gyermeke osztályfőnökével, kiváltképp, ha valamilyen problémát tapasztal!

- **Ne hagyja figyelmen kívül, ha iskolai bántalmazásról, zaklatásról szerez tudomást!**

Ha gyermeke arról számol be, hogy a baráti körében, osztályában bántalmazás zajlik, ennek szemtanúja, esetleg ő maga követett el ilyesmit, vagy áldozattá vált, tudatosítsa magában, hogy Ön szülőként különösen sokat segíthet! Ha egy iskolai bántalmazást hamar észreveszünk és megfelelően reagálunk rá, akkor könnyebben kezelhető a probléma.

- **Hallgassa meg a gyermekét türelmesen!**

Fontos tudni, hogy a bántalmazott gyerekek többsége szégyelli a vele történeteket, és nehezen beszél a problémáról. Hallgassa végig a gyereket, figyeljen az apró megjegyzésekre is! Ha gyermeke áldozattá vált, erősítse meg benne, hogy nem ő tehet a történekről, még véletlenül se hibáztassa! A bántalmazásért minden körülmények között az elkövető a felelősség!

- **Egyértelműen utasítsa el az erőszak minden formáját!**

Feltétlenül fejezze ki, hogy az erőszak elfogadhatatlan! Ne bízassa gyermekét bosszúállásra! Ezzel együtt adjon mintát a gyermekének úgy, hogy Ön sem él még a szóbeli agresszió eszközével sem. Bizonyára nem könnyű megtenni, de indulatai ellenére ne minősítse az elkövetőt! Mindig a viselkedést bírálja, ne a személyt! Ne feledje, az elkövetők sokszor maguk is áldozatok lehetnek, nekik is segítségre van szükségük.

- **Őrizze meg a nyugalmát!**

Ha netán fény derül arra, hogy a gyermeke áldozat, ne rohanjon azonnal igazságot tenni! Nagyon fontos, hogy maradjon higgadt, ne akarjon bosszút állni, mert a feldúlt érzelmi állapotban tett reakciók árthatnak a gyermekének! Amikor egy szülő az iskolában indulatosan, agresszíven viselkedik, amellett hogy erőszakos mintát közvetít, a gyereket is kellemetlen helyzetbe hozhatja, hiszen ő szégyenként élhet meg egy ilyen eseményt.

- **Ne reagálja túl vagy alul a helyzetet!**

Ne feledje, nem könnyű a bántalmazásról beszélni, ezért fontos, hogy higgyen a gyereknek, vegye komolyan a panaszkodását, ne bagatellizálja el a helyzetet! Lényeges azonban az is, hogy reakciónk ne haladjon túl a probléma súlyán. A túl nagy „felhajtás” lelkileg még jobban megviselheti a bántalmazás elszenvedőjét. Legyen diszkret, ne beszéljen a történekről a gyerek előtt másoknak, úgy, mintha ő ott sem lenne.

- **Támogassa gyermeke önbizalmát!**

Keressenek gyermekével közösen olyan, akár iskolán kívüli közösséget, elfoglaltságot, ahol jól érzi magát, szívesen tölti el a szabadidejét! Válasszanak olyan tevékenységeket, amelyben kiteljesedhet, nőhet az önbizalma (sport, hobbi, stb.). Adjon pozitív visszajelzéseket neki!

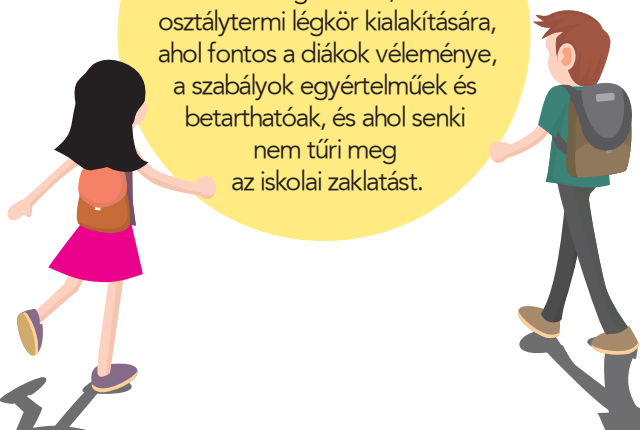
- **Ha szükséges, kérjen segítséget!**

Ha úgy érzi, hogy bizonytalan, elakadt a probléma megoldásában, kérjen segítséget! Forduljon bizalommal a pedagógushoz, iskolai szociális munkáshoz, iskolapszichológushoz, nevelési tanácsadóhoz.



Mit tehet az iskola?

Az iskola részéről szükség van egy demokratikus, egymást tiszteletben tartó szellemiségű iskolai, illetve osztálytermi légkör kialakítására, ahol fontos a diákok véleménye, a szabályok egyértelműek és betarthatóak, és ahol senki nem tűri meg az iskolai zaklatást.



Az iskolai zaklatás megelőzésében kulcskérdés a diákok empátiára nevelése, illetve a segítőkészség, a kommunikációs készség és a jogtudatosság fejlesztése.

Egy iskola abban az esetben teszi meg a legtöbbet az iskolai erőszak megelőzéséért és kezeléséért, ha olyan iskolai környezetről gondoskodik, ahol:

- a mindennapi iskolai életben kiemelt szerepet kap a jelenség megelőzése
- lehetőség van alternatív konfliktusrendezési technikák alkalmazására (pl.: jóvátételi eljárásra)
- lehetőség van az indulatkezelés tanulására
- ellenőrzés és felügyelet alatt állnak az iskolai szabadidős helyszínek, folyosók, aulák, stb.
- a diákoknak minél több lehetősége van – az óráközi szünetekben is – a strukturáltabb szabadidő eltöltésére, ehhez az eszközök biztosítottak (pl.: csocsóasztal, sporteszközök, pihenő sarok, stb.)

