

# Az iskolai erőszak kezelése

Elképesztő, de igaz: minden hatodik gyermek (az egy 30 fős osztályban 4-5 tanulót jelent) szinte naponta találkozik valamilyen atrocitással, bántalmazással az iskolában. Ezért fontosnak tartjuk a kezdeményezést, hogy lépjunk fel hatékonyan az iskolai erőszak ellen. Miért óvakodjunk mégis attól, hogy túlreagáljuk ezt? Fontos tisztáznunk, hogy a nem megfelelő fellépés is ugyanolyan káros, mintha nem tennénk semmit, mert tovább fokozza az ellenségesség légkörét, ami előbb-utóbb újabb bántásokhoz vezet. Így egy ördögi kör alakul ki. Ha tekintéllyel próbáljuk meg rendezni a konfliktusokat, akkor azok titokban fognak zajlani, a korábbinál akár sokkal durvább módon.

Szöveg: **Balogh Ádám**, **Filep Orsolya Veronika** és **Habis Melinda** pszichológusok



A harag természetes érzés, és ha ezt nem kezeljük megfelelően, az könnyen erőszakos cselekményekbe torkolthat. Fokozottan igaz ez a gyermekekre, akik életkorukból és személyiségük éretlenségéből fakadóan még intenzívebben reagálnak a feszültségekre. Előbb viselkednek megdöbbenve, mint mi, felnőttek.

Nehéz érzések, konfliktusok bármely emberi interakcióban előfordulnak. Ez természetes, az azonban nagyon nem mindegy, milyen eszközökkel kezeljük ezeket. Különbséget kell tennünk a versengés, az indulatosság, az erőszak (csak egyszer fordul elő) és a bántalmazás között. Érthetőbbé kell tennünk, hogy az iskolai bántalmazás (ismétlődő erőszakos cselekmények) célja legtöbbször az áldozat megfélemlítése, vagy az erőfitogtatás, ami a bántalmazó mentális problémáiból fakad. A konfliktusok békés kezeléséhez szükséges minden félnek lehetőséget biztosítani arra, hogy őszintén beszéljen az érzéseiről, nehézségeiről. Érzékenyíteni kell az iskola teljes közösségét az agresszióval szemben: ne egymás kigúnyolása, hanem támogatása legyen érték. Fejlesztteni az itt dolgozó személyzet képességeit, és természetesen magukat a gyerekeket is, hogy ha bántalmazást tapasztalnak, segítők, a bántalmazást leállító módon tudjanak beavatkozni. Közbe tudjanak lépni, amikor a helyzet megkívánja.

## A bántalmazásról röviden

Egy bántalmazási helyzetben fontos az azonnali közbelépés! Ilyenkor az első teendő, hogy az elkövetőt és az áldozatot azonnal elkülönítsük, és mindkét felet megnyugtassuk. Ezt követően mindkét fél nézőpontjait és gondolatait meghallgatjuk az esetről, és éreztetjük, mindkettőjük személye fontos. Majd az esetleges szemtanúkat is meghallgatjuk, és a lehetőségekhez mérten, minden információ birtokában döntünk a következményekről és a további teendőkről. Fontos, hogy adjunk lehetőséget a bocsánatkérésre, és biztosítsunk alternatívákat a jóvátételre. Ez az azonnali közbelépés és mediációs eljárás kifejezetten lényeges, hiszen minden résztvevő lelkiállapota fontos!

Fontos tudni, hogy az elkövető maga is áldozat, a bántalmazási helyzetben ugyanis minden résztvevő sérül! Még azok is traumatizálódhatnak, akik pusztán végignézik az eseményeket. Nem szabad figyelmen kívül hagynunk, hogy a tettes is nagy bajban van! Hiszen képtelen indulatait szabályozni, s ezt a körülötte levő felnőttektől kell megtanulnia. Ha képesek vagyunk az ilyen nehéz helyzetben is bizalmi légkört teremteni, akkor nem ritkán kiderül, hogy az agresszív cselekmény elkövetése után ő maga is rosszul érzi magát attól, hogy fájdalmat okozott társának. Gyakran napvilágra kerül, hogy a bántalmazó saját családjában, vagy egyéb helyzetben volt áldozat, ennek a helyzetnek a feszültségét képtelen feldolgozni, és az őt ért sérelmeket az iskolában, a nála gyengébbeken torolja meg. Azzal próbál a családban az áldozat szerepéből és szorongásaitól megszabadulni, hogy az iskolában ő félemlít meg. Ez persze nem mentesíti őt a felelősség, vagy a jóvátétel kötelezettsége alól, pusztán azért hangsúlyozzuk, mert a helyzet kezelése során mindenképpen figyelembe kell vennünk, hogy a tettes is áldozat!



### Mi a feladata az iskolarendőrnek?

Az új rendelkezések alapján az iskolákban lehetővé vált az iskolaőrök jelenléte, akiknek feladatai közé tartozik az intézményekben kialakuló konfliktusok kezelése, valamint a különböző devianciák észlelése. Az őrök megfelelő kompetenciái egy ilyen munkakörben kifejezetten fontosak: ahogy fentebb is írtuk, a szakszerű intézkedések ugyanis nélkülözhetetlenek az iskolai zaklatások, bántalmazások esetében! Azonban elég nehéz kérdéskörrel beszélünk, hiszen alapvetően rendvédelmi szerepben vannak jelen az iskolaőrök. A tekintélyelvű eljárás mód egy kialakult bántalmazás esetében pedig könnyen rombolóvá válhat. Ezt úgy kell érteni, hogy az őrök jelenléte lehetetlenítheti el az iskolai erőszak (de még akár a konfliktuskezelés) szakszerű kezelését: fokozhatja a félelmeket, tovább gerjesztheti az elfojtott indulatokat.

### Milyen békés megoldások léteznek?

Az iskolai konfliktuskezelés stratégiájának kidolgozása minden intézmény számára elengedhetetlen! Fontos azonban tisztázni, hogy minden konfliktus más és más, és minden helyzetben az összes résztvevőnek lehetőséget kell adni az őszinte megnyilatkozásra. Jó hatású, ha a konfliktuskezelésbe szükség szerint a szülők is bevonhatók. Ők is értesülnek az intézmény normáiról, ezeket ők is képviselik a gyermekek felé.

Alapvető, hogy a felnőtteket (szülőket, pedagógusokat, személyzetet stb) éppúgy segíteni kell az indulatszabályozás elsajátításában, mint a gyerekeket, hiszen a felnőtteknek kell példát mutatniuk, és megtanítaniuk

a gyerekeket az indulatkezelés társadalmilag elfogadható formáira. A közösségben keletkező feszültségek levezetésének legegyszerűbb módja a sport vagy szabad játék. A konfliktusok kezelésének leghatékonyabb módja pedig a mentalizáció fejlesztése, valamint az indulati feszültség mentális eszközökkel való feldolgozása. A gyerekek akkor képesek uralkodni az indulataikon, ha képessé válnak szavakba önteni az érzéseiket, ha képessé válnak a másik szempontjainak a felismerésére és a másik iránti empátiára. A bántalmazás legfőbb visszatartó ereje a potenciális áldozattal való együttérzés.

Kommunikáljuk egyértelműen igényeinket, s ha nem tudunk békés eszközök segítségével megegyezni, nem értjük a másik szempontjait eléggé, kérjük segítséget. Támogassuk a párbeszédet, képviseljük a közösségben azt, hogy egymás segítése és elfogadása érték. Segítsük a kortárskapcsolatok megerősödését.

### Mit tegyünk, ha már megtörtént az erőszak? Hogyan használjuk a helyzetet a kortárskapcsolatok javítására?

Az úgynevezett resztoratív módszer alapvetően az érzelmekkel dolgozik. Ez biztosítja egyrészt, hogy a sérelmet okozóban az adott, megszegett intézményi norma valóban megszilárduljon. A sérelmet elszenvedett fél megélhesse a bántalmazó gyermek valódi megbánását. Ezen túl a saját megbocsátásának érzését. A módszer nemcsak a problémás helyzet közvetlen érintettjeivel dolgozik, hanem mindenkiel, akire ez bármilyen formában hatott. Ez biztosítja a kollektív felelősségvállalást.

lást az eset rendezése során, illetve lehetővé teszi a közösség számára, hogy visszajelzést adjon és megvédje normáit. Lényeges azonban a bizalmi légkör megteremtése, az empátia és az együttműködési szándék abban, hogy minden fél szempontjai érvényesülhessenek. Egy ilyen közegben kapnak szerepet az alábbi kérdések:

### A sérelmet okozóhoz intézett kérdések (melyek fejlesztik a mentalizációt – a mentalizáció egyszerűen fogalmazva: a saját- és a másik lelkivilágára való odafigyelés és annak tudatosítása):

- Mi történt?
- Mire gondoltál, mit éreztél közben?
- Mit gondolsz erről a dologról azóta?
- Milyen hatással volt a helyzet többi résztvevőjére?
- Mit gondolsz, mit kellene tenni, hogy a dolgok helyrejöjjenek?
- Hogy lehetne elkerülni, hogy újra megtörténjen ez a dolog?

### A sérelmet elszenvedtethez intézett kérdések:

- Mit gondoltál, amikor rájöttél, hogy mi történt?
- Milyen hatással volt rád az incidens, mit éreztél akkor?
- Mit gondolsz róla azóta?
- Mi volt a legnehezebb számodra?
- Minek kellene történnie, hogy a dolgok rendbe jöjjenek?
- Hogy lehetne elkerülni, hogy újra megtörténjen ez a dolog?

### A helyzet kezeléséhez szükséges képességek

A gyermekek közti konfliktusokat kezelő személyeknek számos olyan szakmai és személyes tulajdonsággal kell rendelkezniük, amelyek lehetővé teszik számukra, hogy sikeresen beilleszkedjenek az iskolai környezetbe, valamint hatékonyan léphessenek fel az erőszak ellen. Mint látni fogjuk, ezek meglehetősen komplex készségek, ezért nem sajátíthatók el az iskolarendőröknek előírt 120 órás tanfolyamon. A konfliktust kezelő személy/személyek magatartása követendő példa, hiszen modellezi a diákok erkölcsös és etikus viselkedését, amivel elősegíthetik a jobb kapcsolatok kialakítását. Ehhez elengedhetetlenül szükségesek az alábbi képességek:

- Önkontroll és önismeret.
- Empatikus, türelmes hozzáállás.
- Határok és keretek betartása.
- Képesség a gyerekekkel bizalmi, támogató légkör kialakítására.
- Hajlandóság a közösségben való aktív, normatartó viselkedésre.
- Képesség a mentalizációra, ennek elősegítésére a konfliktus résztvevői között.
- A helyi közösségek és az iskolákban előforduló szubkultúrákkal kapcsolatos informált, elfogadó, előítéletmentes hozzáállás.

- Tanulási képességeikben korlátozott és más szempontból hátrányos helyzetű gyerekek jellegzetességeinek átfogó ismerete. (Pl. hallássérült, szenzoros integrációs zavarból, hiperaktivitásból, táplálkozási érzékenységből adódó, családi és pszichés háttér okozta, vagy egyéb fontos egyéni háttérrel viselkedésre gyakorolt hatásainak megértése és kezelésre.)
- Teammunka a pedagógusokkal és iskolapszichológusokkal, szükség esetén külső szupervízorok és tréningek.

### További szempontok az iskolai bántalmazás megfékezéséhez

Fontos hangsúlyozni, hogy egy bántalmazási helyzetben minden résztvevőben sokféle intenzív érzés keletkezhet, ezért igen lényeges minden résztvevő számára az önvizsgálat. Az alábbi szempontok a felnőttek önismeretének növeléséhez nyújtanak némi segítséget. Hogyan éli meg a segítő a zaklatást, kirekesztést? Volt-e része hasonlóan élete során? Annak mi lett a kimenetele? Hogyan kezeli azt, ha egy gyerek szorong az iskolai bántalmazástól? Milyen éreket vált ki belőle a bántalmazó fél? Ez milyen viselkedésben nyilvánul meg? Milyen konfliktuskezelési stratégiái vannak? Hogyan tudja megnyugtatni a konfliktus résztvevőit? Kit, kiket von be a nehéz helyzetek megoldásába? Hogyan kezeli, ha egy diák segítséget kér tőle anonim módon? Mit csinál, ha őt próbálják feldühíteni, piszkálni a diákok? Hogyan kezeli a saját indulatait, félelmét, büntudatát? Hogyan kommunikálja a problémákat a tantestület? Menyire tudnak együttműködni? Kapnak-e szupervíziós segítséget?

További szakszerű információkat a közösségi bántalmazásról és konkrét segítséget a Békés Iskolák weboldalán (<http://www.bekesiskolak.hu/>) olvashatunk.

### Felhasznált irodalom:

Berta Renáta, Dombi Edina (2017): Az iskolai zaklatás körforgása: Az iskolai zaklatás és az osztálylégkör kapcsolatának vizsgálata 12–14 évesek körében. *Magyar Pedagógia*, 117. évf. 3. szám 257–274.

Buda Mariann (2015): *Az iskolai zaklatás*. Debreceni Egyetemi Kiadó, Debrecen

Karl E. Dambach (2001): *Pszichoterror (mobbing) az iskolában*. Akkord Kiadó, Budapest.

Judith Herman (2003): *Trauma és gyógyulás. Az erőszak hatása a családon belüli bántalmazástól a politikai terrorig*. Háttér Kiadó – Kávé Kiadó – NANE Egyesület, Budapest.

<http://bekesiskolak.hu/modulok/resztorativ/>