

Tájékoztató -" Konfliktus és iskolai agressziókezelési program az iskolapszichológus vagy mentálhigiénés, alternatív vitarendezésben és konfliktuskezelésben tapasztalt meditációs szakember, illetve iskolai szociális munkás bevonásával, az iskolán belüli bántalmazás és zaklatás, a tanulókat veszélyeztető bármilyen abúzus és az áldozattá válás megelőzését célzó programok, valamint a készségfejlesztést, a konfliktuskezelő-képességet, illetve az egyéni megküzdő képességet" c. projekt szakmai megvalósítása.

A projekt időtartama: 2015. szeptember 1-től október 31-ig.

Agressziókezelés az iskolában

Prevenációs tevékenység tanulók számára

Napjainkban a társadalmi, szociális helyzetben bekövetkezett változások és bizonytalanságok által generált problémák egyik jelentős megnyilvánulási helye a társadalmunk alapkövének számító család.

E változásokból eredő problémák, feszültségek, frusztrációk levezetésének egyik - sajnos napjainkban egyre gyakoribb – formája az erőszak, amely családon belül, és iskolai környezetben is egyre gyakoribb. A családon belüli erőszakot elszenvedő gyerekek nagyobb valószínűséggel mutatnak agresszív viselkedési megnyilvánulásokat az iskolában is.

A szeretetet, a meleg, nyugodt családi otthon, a gond nélküli élet napjainkban egyre kevesebb gyermeknek adatik meg. Ez a rohanó világ, amelyben élünk, egyre romlottabb, az okok pedig mindenképpen a társadalomban végbemenő negatív irányú változásokban, a munkanélküliség növekedésében, az erkölcsi normák átalakulásában, embertársaink, sőt saját családtagjaink felé mutatott „nem törődöm érzésében” keresendőek.

Nem elhanyagolható okként meg kell említeni a média, valamint az internet káros hatásait, melyek közvetve és közvetlenül is kifejtik nem éppen áldásos hatásukat, amellett, hogy természetesen vannak pozitív oldalai, ezek azonban nem kompenzálják a negatívumaikat.

Megfigyelhető a médiái közvetítések által, hogy sok fiatal próbálja ki a cigarettát, az alkoholt és a drogokat. Elmondható, hogy egyre fiatalabb korosztály használja ezeket a szereket, így nem kell meglepődnünk azon sem, hogy már az általános iskolások körében is egyre elterjedtebb a később szenvedéllyé váló, egészséget károsító cigarettázás, alkoholfogyasztás. Itt szeretném megemlíteni, hogy a kábítószer kipróbálása is egyre „trendibb” ebben a korosztályban.

Feltehetően a gyerekek azért is keresik ezeket a szereket, mert nehezen birkóznak meg azokkal az elvárásokkal, amelyekkel otthon, illetve az iskolában szembe kell nézniük, melyeknek eleget kell

tenniük. Sokukat ér negatív élmény (például a szülők válása, az anya/apa új partnere, fizikai vagy szexuális bántalmazás a családban, folyamatos lelki gyötrelmokokozás, iskolai/tanulási nehézségek), ezeket a rossz élményeket pedig így próbálják meg könnyebben elviselni, feldolgozni.

Fontos minél fiatalabb korban felhívni a figyelmet a bűnmegelőzésre és a családon belüli erőszak problémájának kezelésére. Az utóbbi rendkívül nehéz feladat, mert a téma megközelítése „a család szentsége”, a családi ügyek, az azon belüli kapcsolatok, viszonyok, történések tabuként történő kezelése miatt is nagy tapintatot, körültekintést igényel.

Az áldozatok szégyenként élik meg ezeket az eseteket, még mindig él a családokban az a „rossz” beidegződés, hogy nem beszélünk senkinek a családon belül történekről, „nem teregetjük ki a szennyest”. De általában véve is elmondhatjuk, hogy az erőszakos cselekedetek áldozatai nem szívesen beszélnek az őket ért traumáról, és így van ez iskolai keretek között is. A legtöbbször a szorongó, visszahúzódo gyermekek lesznek az agresszivitás szenvedő alanyai.

Mégis nagyon fontos a prevenció szempontjából felhívni a gyermekek figyelmét a társadalmi normáktól való eltérő viselkedés veszélyeire, következményeire. Meg kell velük értetni, hogy vannak kiutak a veszélyes helyzetekből, és a kiút sok esetben az ő viselkedésük, döntéseik következménye. Viszont ahhoz, hogy váratlan helyzetekben megfelelően cselekedjenek, gyakorolniuk kell ezt. Hiszen tudjuk, hogy az általános iskolás korosztály tanulója nagy részben tapasztalaton alapul. Nem elég, ha különböző előadásokon elmondják nekik a helyes viselkedés alapjait veszélyes helyzetekben, ki kell, hogy próbálják azokat, így felkészülve a váratlan történésekre, tapasztalati tanulás által.

Játékos- mozgásos tevékenységekbe ágyazott tanulási helyzetek alkalmazásával hatékonyan fel lehet hívni a gyermekek figyelmét azokra a veszélyes helyzetekre, amelyek rájuk leselkedhetnek. Ha időben felismerik a veszélyhelyzeteket, azokat megfelelően tudják kezelni, baj esetén segítséget mernek kérni (szülőktől, és a pedagógusoktól egyaránt), különbséget tudnak tenni a helyes és helytelen cselekedetek között, illetőleg a mindennapi életünket meghatározó szabályokat következetesen be is tartásák.

A tapasztalati tanulásoson túl, nem elhanyagolandó a kortársak segítő ereje is. Értjük ezalatt azt, hogy az idősebb korú gyermekek természetszerűleg több ismerettel, tapasztalattal rendelkeznek az őket körülvevő világról, amit a fiatalabb gyermekekkel általában szívesen megosztanak. Az ismeretek átadásának ez a módja szintén segíti a tanulást, hiszen azon túl, hogy a fiatalabbak új ismereteket hallanak a nagyobbaktól, a nagyobbak észrevétlenül átismétlik, felelevenítik, pontosítják ezáltal a már meglévő ismereteiket.

(felhasznált anyag: Családon belüli erőszak prevenciója az óvodáskorú gyermekek óvodai nevelésének gyakorlatában. OTDK dolgozat, Szent István Egyetem Pedagógiai Kar, Szarvas, 2012. Andirkó Cintia r. főtörzsőrmester, Békéscsabai Rendőrkapitányság-Vizsgálati Osztály.)

Tapasztalatok az agresszió-kezelés témakörben

Alsó tagozaton kiscsoportos foglalkozás keretében játszottuk el az Andirkó Cintia r. főtörzsőrmester által kifejlesztett társasjátékot. A játék alapjául szolgáló kutyacsaládot minden korosztály, 6-10 év magáévá tudta tenni. A foglalkozások keretében 4-5 fővel, különböző szociális háttérrel rendelkező gyermekkel játszottunk.

A gyerekeket teljesen magával ragadta a játék hangulata és a felmerülő problémás helyzeteket próbálták megoldani.

Az ismeretlennel való találkozás, az idegentől való ajándék elfogadás nem volt ismeretlen a számukra. Az otthoni környezetükből és az iskolában tanultakból tudták, hogy hogyan kell ilyen helyzetben viselkedni. Ha mégis kétely merült fel egy-egy gyermekben, akkor a többiek segítettek magyarázataikkal a helyes megoldás megtalálását. Ennek ellenére mégis találkoztunk olyan tanulóval, aki elfogadna ajándékot idegentől és akár el is menne vele. Nagyon fontos, hogy további ismeretbővítés mellett felhívjuk a gyerekek figyelmét ennek veszélyes voltára.

A másik ilyen téma a verekedés volt. A játék során, a kötetlen beszélgetés kapcsán kiderült, hogy igaz ugyan, hogy a gyerekek tudják, hogy nem helyes magatartásforma, ha a szülőktől verést kapnak, mégis előfordul ez a családokban. Sokszor nem is tudják megmondani, hogy miért is kaptak ki. Az ilyen gyerekek sajnos az iskolában is gyakran agresszívek, nem ismerik a kompromisszumos megoldásokat, csak a saját vélt vagy valós indokaikat.

A másik igen meglepő tapasztalat a biztonság kérdése volt. Azok a gyerekek, akik csak az édesanyjukkal élnek együtt (apa másutt dolgozik, elváltak) nem közvetlenül mondják el félelmeiket, hanem az anyjukat féltik. Természetesen a tudat alatt az elvesztés bizonytalansága, a félelem a másától dominál náluk.

Összességében elmondható, hogy olyan ismeretek birtokába is jutottunk a játék során, ami a hétköznapokban nem nyilvánul meg, nem tudunk, nem hallunk róla. A gyerekek ebben a korosztályban még nagy segítséget jelentenek egymás számára. Fontos feladatunk, hogy

minden segítséget megadjunk a gyerekeknek, hogy el tudják kerülni ezeket a veszélyes helyzeteket.

Tapasztalatok agressziókezelés témában

A felső tagozatos osztályokban osztályfőnöki és erkölcsstan, illetve etika órákon foglalkoztunk az áldozattá válás és agressziókezelés témájával.

Minden osztályfőnöknek rendelkezésére állt egy video-gyűjtemény, melynek felhasználásával tervezhették és valósíthatták meg a kitűzött célt. Az órák felépítése hasonló volt. Vitaindító, gondolatébresztő kisfilm bemutatása után beszélgetés a témáról, szituációs játék, csoportfeladatok színesítették a feldolgozást. Több osztályban is tematikus, több órából álló témakör keretében valósították meg a projektelemet a gyerekek az osztályfőnökök vezetésével.

Pozitív visszajelzéseket kaptunk a diákoktól, élvezték és hasznosnak tartották ezeket az órákat.

Erkölcsstan és etika órákon szervesen kapcsolható a tananyaghoz a témakör, ezért könnyű volt beilleszteni. Azok a módszerek, munkaformák, amelyeket ezeken az órákon alkalmazunk különösen jók a téma feldolgozásához. A gyerekeknek igénye van arra, hogy meghallgatásra találjanak. Mindenkinek volt gondolata, véleménye az agresszióról, a rájuk leselkedő veszélyekről, a lehetséges megoldások keresése közben meghallgatták egymást, tanultak egymástól. A különböző szituációk eljátszása élményszerűvé, megéltté tette az egyes szerepeket. Vitakultúrájuk sokat fejlődött a beszélgetések során.

Szupervíziós esetmegbeszélő pedagógus csoport – 6 alkalom

A csoport a szociális rendszer speciális típusa. Különbözik a nála komplexebb társas interakciós helyzetűtől- ugyanakkor kevésbé komplex, mint egy szervezet, vagy a társadalom. A pszichológiai munkában tehát, ha csoportról beszélünk 5- 15 főből álló kiscsoportot értünk, és bizonyos lélektani módszereket alkalmazunk ebben a társas formációban, miközben ennek a társas formációnak a tulajdonságait használjuk.

A csoportmódszerek klinikumon kívüli alkalmazása tulajdonképpen azt takarja, hogy nem betegségben, terápiában gondolkodunk, azonban a csoport célja ebben az esetben is valamilyen jobbulás, változás, fejlődés elérése. A csoport a társadalmi, közösségi szerveződés alapvető összetevője, és közvetítője. Ebből adódik, hogy a társadalmi, közösségi szerveződés szintjén megmutató zavarok kezelésében a csoportmódszerekre támaszkodhatunk, a csoport az egyéni és társas működés fejlesztésének hatékony színtere lehet. A csoport környezete, a szervezeti beágyazottság kiemelkedő szereppel bír a csoportfolyamat alakulásában, és csoportfolyamatra

változik, hogy mi a szerepe, céljai az adott szervezeti rendszeren belül. Tulajdonképpen a csoport működésével nemcsak a csoporton belüli változás a kitűzött cél, hanem a csoport környezetének változását is célozza. Ebből következik, hogy a csoport megjelenése kihat a szervezeti környezetre, változtatja az értékrendet, a kultúrát, változtathatja a pedagógusok konfliktuskezelési készségeit, megküzdési stratégiáit, amely kihat a gyermekek viselkedésére is hosszabb távon.

A konzultáció, esetmegbeszélés kapcsolódhat bármiféle szakértői tevékenységhez, orvosi működéshez, pedagógiai munkához. A pszichológiai esetmegbeszélés lényegi sajátossága, hogy a megbeszélendők fontos, szerves része maga a szereplők: a segítő szakmánál a kliens és a segítő, a páciens és a terapeuta, pedagógusoknál pedig a tanár és a gyerek, illetve ezekben, a kapcsolati formákban a személyes részvételek, hozzájárulások. Ezért a pszichológiai esetmegbeszélés személyes bevonódottságunk érzékeny területén mozog, érintve önérzetet, önértékelést, önmagunk előtt is titkolt érzelmeket: örömet, félelmet, szégyent. Különleges munkamódot igényel, ahol úgy kell tudni mozogni a személyesség tartományában, hogy közben nem sértjük meg egymás magánszféráját. Ez a munkamód a személyiség belső változásainak elemeit hozza, azaz benne terápiás momentumok is zajlanak.

A szupervízió olyan irányított tanulási folyamat, amelyben a résztvevő saját szakmai személyiségének és önszabályozásának a fejlődése érdekében a reflektív jelenlétben együttgondolkodva, a szupervízor vezetésével, védett, szabályozott bizalmi helyzetben, szerződéses keretek között dolgozhat. Ezek alapján tehát olyan rendszerben adjuk át az előfeltevéseinket, hogy a tanulási folyamatban és az elakadásokban segítsen. A szupervíziós beszélgetés mesterséges módon kialakított és irányított beszélgetés, a probléma van a fókuszban. Célzott tanulási folyamat, de nem határozhatja meg a feldolgozás irányát. Az iránytartás a szupervízor feladata. A részvételben kölcsönösségre van szükség. Elsősorban megérteni kell egymást, a rálátást kell megragadni a problémát hozónak, ehhez megfelelő légkör szükséges: nem diagnosztikus, hanem reflektív jelenlét. A szupervízió fő célja az optimális szakmai érettség elősegítése. A szupervíziós találkozásoknak a tulajdonképpeni célja, hogy a szakmai életben felmerülő személyes kérdéseket, problémákat, dilemmákat körbejárjuk, mélyebben megismerjük, és feldolgozzuk. Ennek a folyamatnak a révén képessé váljanak a csoporttagok önmagukat külső szemmel is látni, képesek legyenek megérteni saját működésüket, reakcióikat, azok eredetét. Ez a megértés azután hozzásegít ahhoz, hogy megerősödjének, magabiztosabbá váljanak, és képesek legyenek hatékony döntéseket hozni nehéz helyzetekben. (forrás: Burnout prevenció az iskolában; Sebők Márta szakdolgozat- ELTE PPK 2012.)

A szupervíziós csoportüléseink menete a következőképpen alakult:

- Bejelentkező kör (bármilyen elmondhattak magukról, amit fontosnak tartottak az itt és most helyzetben).

- Ráhangoló gyakorlat, játék (ez igazodott a csoportfejlődési folyamathoz).
- Hozott eset bemutatása, ezalatt nem kérdeztünk. Az eset bemutatása után a csoportvezető kérdezett: Mi a probléma? Kérdés felvetése az eset kapcsán
- Visszajelző kör a csoport részéről, mit gondoltak az esetről, a megoldási lehetőségekről.
- Az esethozó reflektált a hallottakra- párbeszéd a csoport és az esethozó között. Miért jelenthet problémát az adott eset az esethozónak?
- Élménymegosztás az esettel kapcsolatban- korábbi élmények, tapasztalatok felidézése, megbeszélése.
- Szakirodalomból, eddigi gyakorlatból, illetve filmekből, szépirodalomból vett példák, ajánlások.
- Záró kör.

Azért tartottam, és tartom most is fontosnak a szupervíziós csoport működését, mert így védett közegben, reflexió útján tudnak egymástól tanulni a pedagógusok, egymást erősítve, ezzel szakmai kompetenciaérzésüket növelve. Ennek nagy szükségét látom, hiszen nehéz, és egyre nehezebb feladatokkal kell megküzdeniük nap, mint nap. Egyre több a nehezen kezelhető gyermek, és nem lehet mindenkit iskolapszichológushoz, nevelési tanácsadóba küldeni. Egyre nyilvánvalóbbá válik, hogy a pedagógusoknak kell valamit kezdeni ezekkel a gyerekekkel, ami nem könnyű feladat.

Az esetek megbeszélése során közösen, egymást erősítve jutottak el a megoldásig, ami által fejlődtek konfliktuskezelési, probléma megoldási stratégiáik, illetve a csoportfolyamat személyiségformáló hatása révén remélhetőleg megerősödve tudnak szembenézni az előttük álló problémás nevelési helyzetekkel.

Köröstarcsa, 2015. október 30.