

Belkovics Judit

Egy iskolapszichológus gondolatai az iskolai zaklatásról

Az utóbbi időben egyre többször jelenik meg a magyar szóhasználatban a bullying, illetőleg a vele kapcsolatos cyberbullying kifejezés. Szerencsétlen módon a kifejezés angol nyelvű változata terjedt el a közbeszédben, talán azért is, mert nincs egy olyan magyar szó, ami pontosan helyettesítené az angolt. A bullying szó a gyermeknevelés és oktatás tárgykörében elsősorban az iskolai bullyingra, a megfélemlítésre utal, ott is a gyerekek között előforduló zaklatásra.

Talán nem túlzás az a kijelentés, hogy ma már nincs olyan pedagógus vagy a pedagógia területén tevékenykedő szakember, aki ne foglalkozott volna az iskolai zaklatás témájával. Képezzük, fejlesztjük magunkat, ezzel kapcsolatos felméréseket, szakirodalmat olvasunk, tudjuk, hogy milyen formái vannak, mik a jelei, olvassuk, halljuk, hogy mit tehet a szülő, mit tehet a pedagógus, mit tehet a pszichológus, milyen szerepe van a pedagógiának, beszélünk a gyerekeknek erről, preventív foglalkozásokat, tevékenységet tartunk...

És mégis gyakran megtörténik, hogy bár az iskolán belül, az osztályban folytatott preventív tevékenységek, rendszeresen tartott foglalkozások alatt úgy tűnik, hogy szépen fejlődnek a diákok, pontosan megfogalmazzák az érzéseiket, a tanultakat, azonban amint kilépnek az iskolából, ismét egyenlőtlenekké válnak az erőviszonyok. És ahol a diák számára elfogadhatatlan és érthetetlen hierarchia uralkodik, ott nem tud kellőképpen érvényesülni.

Sajnos egyre többet hallunk az iskolai bántalmazásokról, mégis néha hajlamosak vagyunk elbagatellizálni azokat. A szakemberek szerint ez a jelenség ahhoz a bizonyos szimbolikus jéghegyhez hasonlítható, amelynek csak a csúcsát látjuk, s fogalmunk sincs arról, hogy valójában mekkora méretű problémáról van szó. Azt viszont tudni kell, hogy nem mindenki kér segítséget, és sokszor akár a rendszeres bántalmazás is évekig titokban marad. Sokat beszélünk a problémáról, mégis megfoghatatlannak tűnik, sőt a legtöbbször úgy érezzük, hogy nincsenek meg a megfelelő eszközeink a kezelésére.

Először is fontos kiemelni, hogy minden gyermekcsoportban előfordulnak konfliktusok. A gyerekek vitázhatnak egymással, összeveszhetnek, összekaphatnak valamin, de ez még nem zaklatás. Diákcsíny is előfordul időnként, viszont ha az nem rendszeres, és nem ugyanazokra a személyekre irányul, valamint hiányzik a bántani akaró mögöttes szándék, akkor az sem zaklatás. A diákcsíny is okozhat az adott pillanatban kellemetlen érzést az elszenvedőnek, de már akkor tudni lehet, hogy ebből válnak az úgynevezett „klasszikussá nemesedő anekdoták”, amiket még évek múltán is mosolyogva emlegetünk. A konfliktusok kezelése, a kihívások, a spontán megoldást kívánó, az emberi kapcsolatokról kialakuló helyzetek kezelése része az életünknek és a gyermek egészséges fejlődésének.

A bullying, az iskolai zaklatás, bántalmazás azonban már nem véletlen baleset, nem játékos ugratás vagy figyelmetlenség, nem egy hétköznapi konfliktus, hanem olyan agresszív viselkedési forma, amely ismétlődő és szándékos, általában hosszú időn át történik. A bántalmazás elkövetője és áldozata között általában megbillen a hatalmi egyensúly: hatalmi

játszmák vannak köztük, ahol a résztvevők különböző hierarchikus szinten állnak. Az iskolai zaklatás a rendszeres tevékenységre és a „kipécézett” áldozatokra irányul, melynél minden esetben egyenlőtlenek az erőviszonyok. A zaklatás résztvevői közé továbbá nemcsak a bántalmazók és az áldozatok tartoznak, hanem a nézőközönség is, és ezek a szerepek nagyon jól körülhatárolhatóak. A diáksíny és az iskolai zaklatás között tehát elég erős határvonal húzódik.

Az iskolai zaklatás során mindig fontos kérdés, hogy miért nem tudja megvédeni magát a célponttá vált diák. Általában az agresszor nagyon könnyen „kiszagolja”, hogy kiből lehet áldozat, és akin észreveszi, hogy zaklatható, azt zaklatni is fogja. További fontos kérdés, hogy ki és miért válik zaklatóvá. Nagyon sok esetben az agresszor is áldozat, hiszen neki is megvan az élettörténete, és sokszor nem véletlen, hogy ebbe a szerepbe került.



Forrás: freepik.com

Az iskolai zaklatás kapcsán arról is érdemes említést tenni, hogy vannak olyan velünk született, öröklött, a genetika által is meghatározott tényezők, amelyek hatással vannak a mentális egészségünkre, valamint a pszichés rendellenességek kialakulására is hatással lehetnek. A személyiség kialakulása, fejlődése egyaránt múlik az öröklött és a környezeti tényezőkön. Számos környezeti és életmódbeli tényező is befolyásolja azt. Az érzelmi labilitás, a mentális betegségek, mint például a bipoláris zavar, kihat az idegrendszer fejlődésére, ahogy az azzal összefüggő fejlődési zavarokra is. Az iskolákban egyre jobban növekszik azoknak a tanulónak a száma, akik különféle fejlődési zavarral küzdenek. Kérdés az is, hogy mennyire vagyunk erre felkészülve, mennyire vagyunk erre befogadók. A jelenlegi, intézményesített oktatási és nevelési rendszer nagyon sok esetben belekényszeríti a gyerekeket egy olyan világba, egy olyan közegbe, amit nem éreznek magukénak, amelyben nem érzik jól magukat, ahol nem azt kapják, amire a

fejlődésükben szükségük lenne. És nem csak a gyerekeket kényszerítjük ebbe bele, de előtte már a szülőket is, mivel a szülőknek vagy egyáltalán nincs, vagy nagyon kevés választási lehetőségük van abban, hogy milyen típusú iskolába írássák gyermeküket. Ezért is gondolom, hogy az iskolai zaklatás nem kizárólag pedagógiai-pszichológiai probléma. Ez egy társadalmi probléma és így is kell közelíteni hozzá.

Tudjuk, hogy egy jól működő közösségben, legyen az iskolai vagy iskolán kívüli, természetesnek kellene lennie, hogy mindenki igényeire odafigyelünk. Az nem baj, hogy mások vagyunk, hogy nem vagyunk egyformák, vagy egy adott helyzetben nem tudunk egyformán reagálni vagy teljesíteni. A másság egy különleges érték, ami gazdagabbá tesz, ami megbecsülést érdemel. Köztudott az is, hogy folyamatban van az oktatási reform, a sokat hangoztatott inklúzió, ahol az iskolán belül felmerülő egyenlőtlen viszonyokat is próbáljuk lecsökkenteni. Nagyon sok iskola már az eddigi lehetőségeihez mérten is nagyon sok mindent megtett azért, hogy ott mindenki jól érezze magát, de ez az iskolai zaklatás esetében kevésnek bizonyul. Már egyre több iskolában tevékenykednek aktívan a pedagógiai munkát segítő szakemberek: pedagógiai asszisztensek, gyógypedagógusok, iskolapszichológusok, de sajnos ez még mindig kevés. Kevés azért is, mert az emberek többsége a mindennapi életben is a hatalom szövevényes hálózatában él. Tudatosan vagy nem tudatosan a mindennapi élet különböző területein gyakran vagyunk részesei a különféle hatalmi harcoknak, hatalmi játszmáknak, és sajnos a gyerekeink ezt látják, ezt tanulják el tőlünk. Sokszor halljuk, hogy a gyerekek kegyetlenek tudnak lenni. A gyerekek nyilván a szabályok feszegetésével próbálkoznak, de ha nem húzzuk meg számukra a megfelelő határokat, abból könnyen probléma születhet. Azt gondolom, a gyerekek nem kegyetlenebbek, mint a felnőttek, vagy nem kegyetlenebbek, mint az őket körülvevő környezetük. Általában nem a gyerek a probléma, hanem a viselkedési formája. A viselkedés pedig tanulható. Az érzelmek, a személyiségjegyek és a viselkedési minták olyan tulajdonságok, amelyekben a nevelésnek is óriási szerepe van. Nagyon sok esetben a gyermek nem azt kapja a környezetétől, amire az értelmi és érzelmi fejlődésében szüksége van. Sajnos a nevelési módszerek sem igazodnak minden esetben a gyermek adottságaihoz, és gyakran a megfelelő minta is hiányzik. Ez vonatkozhat az iskolai és az otthoni környezetre egyaránt. A gyermek mögött mindig ott van valamilyen felnőtt. Nagyon sok esetben a felnőtt emberek sem tudják megfelelően kifejezni az érzéseiket, nem tudnak megfelelően kommunikálni egymással. Ez esetben hogyan várjuk el a gyerekektől, hogy minta nélkül képesek legyenek empátiakusan viselkedni egymással, hogy például merjenek nemet mondani, merjenek segítséget kérni? Milyen világ az, ahol a gyerekek egymást zaklatják, ahol ezt megtehetik egymással, és a felnőttek nem tudnak semmit sem tenni?

Ma már egyre több fórumon elhangzik, hogy az iskolai zaklatás esetében rendszerproblémáról kell beszélnünk. Az iskolai zaklatásban mindenki érintett: a gyerekek, a szülők, a pedagógusok, a családtagok, az ismerősök, sőt indirekt módon az egész társadalom. Ha az iskolai zaklatás megelőzésében és megoldásában külön-külön, csak az egyik érintett felől szeretnénk segíteni, akkor a problémát nem fogjuk tudni megoldani. Egyedül nem megy. Éppen azért nem, mert egy rendszerről van szó, aminek mi csak egy picit részét képezzük. Ezt nem tudja megoldani egyedül sem a gyerek, sem a pedagógus, sem a szülő és a pszichológus sem. Ebből a helyzetből csak úgy lehet kikerülni, úgy lehet rajta túllendülni, ha képesek vagyunk közösségi összefogásra, és képesek leszünk rendszerben gondolkodni.

Az iskolai zaklatás ellen a leghatékonyabb fellépés, ha maga a közösség nem tűri a bántalmazást. Ehhez azonban hatalmas szemléletváltásra van szükség, amiben a felnőttek felelősségének nagyon nagy a jelentősége. Amikor a felnőttek egymást „lemondják” vagy egymás háta mögött pletykálnak, vagy amikor egymással szemben erőszakot alkalmaznak,

akkor e viselkedésükkel negatív mintát mutatnak a gyerekeknek. Azonban sem a pedagógus, sem a szülő nem akarja, hogy bántsák a gyerekeket az iskolában.



Forrás: freepik.com

Szülői szemmel is érdemes különbséget tenni a csínytevések és a zaklatás között. Minden családnak más az értékrendje, és lehet, hogy másképpen értelmezik a jó, illetve a rossz fogalmát. Előfordulhat, hogy vannak olyan alkalmazott módszerek, amelyek az egyik család értékrendjébe még beleférnek, a másik családjába azonban nem. Az iskolában, a közösségekben a gyerekek gyakran veszekednek, a szülők azonban szeretnék megvédeni a gyermeküket. A gyerekek között a konfliktusok néha elkerülhetetlenek. Nem kedvelheti minden gyermek egymást, és ahogy egyre erősödik a függetlenségük, amikor már véleményformálók válnak, egyre több lehetőségük lesz az összekülönbözésre a társaikkal. A szülőknek józanul és megfontoltan kell mérlegelniük, hogyan vesznek részt egy iskolai veszekedésben. Semmiképpen sem jó, ha a szülő azonnal erőteljesen fellép, amikor a gyermeke konfliktusba keveredik például a diáktársával. A gyerekek közti konfliktust követően mindenekelőtt döntést kell hozni, hogy felnőttként beavatkozunk-e, vagy inkább ráhagyjuk a gyerekekre, hogy oldják meg egymás között a problémát. Vannak olyan összezőrrenések, amelyekre a gyerekek másnap

már nem is emlékeznek, ilyenkor például igazán felesleges, hogy a felnőttek egymás torkának essenek. Nem kell rögtön mindig mindenbe beleszólni, és egyből mindent megoldani. A szülői szerep ne legyen bírói szerep. Azonban meg kell tanítani a gyermeknek a konfliktusok kezelését. A gyermeknek azt is meg kell tanulnia, hogyan reagáljon, amikor a másik csúnyán viselkedik. A szülő részéről sem szabad feltétlenül zaklatást – bullyingot látni minden konfliktus mögött. A túlfeltés, a túlaggódás rányomhatja bélyegét a gyermek viselkedésére, és gátolhatja az egészséges fejlődésben.

Ha viszont nagy a konfliktus, elhúzódó ellentétéről van szó vagy már valóban az iskolai zaklatás jelei mutatkoznak a gyereknél, akkor a szülőnek ezt jeleznie kell. Amennyiben a szülők úgy döntenek, hogy az iskolában a gyerekek közt kialakult kedvezőtlen kapcsolati helyzetbe tenni szeretnének valamit, akkor ne úgy avatkozzanak be, hogy annak csak büntető szándéka legyen, hanem úgy, hogy segíteni akarnak mindkét félnek, illetve mindenkinek. A kialakult kedvezőtlen helyzet megváltoztatásában segíteni úgy lehet, ha azt tűzzük ki célul, hogy közösséget, jó közösséget szeretnénk formálni. Hiszen van egy úgynevezett hármasság, ami a szülő, a gyermek és az intézmény között van.

Előfordul, hogy hazamegy a gyerek, és elpanaszolja a szülőknek, hogy mi történt az iskolában vagy az iskolán kívül, hogy X, vagy akár a tanító néni/ bácsi leszidta, vagy igazságtalan volt vele... A szülő nem mondhatja a gyermekének, hogy ez nem baj, ezt csak túrd el, de anyatigrisként sem feltétlenül egészséges reagálni. Ez mindig kényes téma. Nem minden gyerek tudja pontosan elmondani, hogy mi történt vele. Azt is szem előtt kell tartani, hogy akár kisebb, akár nagyobb gyerekről is van szó, hogy ők azért nagyon gyakran másképpen látják a valóságot, életkorukból adódóan még nem képesek feltétlenül az objektív, holisztikus rálátással az eseményekre.

A gyerekeknél, főleg a kicsiknél jellemző, hogy egyfajta fantáziavilágban élnek. Ami körülöttük vagy ami az ő közvetlen környezetükben van, azt hajlamosak kitágítani, kiterjeszteni, kicsit kiszínezni. Ez nem jelent feltétlenül hazugságot, mert lehetséges, hogy ők a saját kis világukban így is élik meg az eseményeket. Ilyen esetben nem szabad a gyereket hazugnak bélyegezni, de mindig érdemes a tényeknek utána járni, a tényyszerűséget mindig tartuk szem előtt. A nagyobb gyereknél azonban már megjelenhet a manipulációra való hajlam. Ők azok, akik már kiérzik, hogy a felnőttek között milyenek a viszonyok, hogy ki mit szeretne hallani, és a fantáziájuk segítségével akár túlzásba is eshetnek. Előfordulhat, hogy csupán fel akarják magukra hívni a figyelmet, de akár az is megeshet, hogy tudatosan konfliktust szeretnének előidézni, vagy érzelmi zsaroláshoz folyamodnak a családon belül. A tényyszerűség megállapítása itt is meghatározó lehet.

Természetesen a szülőnek joga van tudni, hogy a gyermeke által elmesélt iskolai bántalmazó történetnek mennyi az igazságalapja. Amikor azt mondja a gyermeke, hogy valaki bántotta őt az iskolában, akkor mindenképpen szükséges, hogy picit még beszéltesük a gyermeket. Előfordulhat, hogy nem tudja tökéletesen elmondani, mi is történt, de fontos, hogy minél több információt megtudjon a szülő a történésről. Nagyon fontos a tisztánlátás, hogy például a gyermeknek mit jelent az, hogy bántották, hogyan bántották, hol volt, ki volt még ott, pontosan mit csinált, amikor az eset történt, stb.

Az esetek többségében az iskolában előforduló bántások még nem zaklatások, de ha a gyermek ezt bántásnak éli meg, akkor az érzések nagyon tudnak munkálkodni. Ezért ilyenkor érdemes az érzéseket boncolgatni. Amennyiben szükségesnek véljük, kérdezzük meg a másik féltől is,

például a tanító nénitől/ bácsitól, hogy mi történt. Hogy látta ő? Mit látott, mit tapasztalt? Érdekes minél több oldalról megtudni minél több információt az esetről.

A gyerek érzéseit nem szabad figyelmen kívül hagyni, ne becsüljük le, de ne essünk túlzásokba se. A gyereknek nagyon nagy szüksége van a biztonságérzetre, amit elsődlegesen a szülő tud neki megadni, utána nyilvánvaló az az intézményi környezet, amiben ő benne van. A gyermek érzésein kívül a szülő és a pedagógus érzéseit is meg kell említeni. Ezeket is megfelelően kell kezelni. Nyilvánvaló, hogy nem jó érzés látni, ha egy gyerek szomorú, ha gondterheltnak tűnik. Segíteni szeretnénk neki, de úgy érezzük, hogy nincsenek meg ehhez az eszközeink. További problémát jelenthet, ha az objektív látni akarásunkat valami akadályozza vagy gátolja. Fontos kihangsúlyozni, hogy a probléma megoldásához minden esetben segítséget, együttműködést kell kérni egymástól, és nem az erőszakos megoldást választani. Felnőttként úgy tudjuk a legtöbbet tenni az erőszak, az iskolai zaklatás ellen, ha nem minősítjük és ha nem bántjuk a másikat. Az együttműködésre való igény mindenki számára egyértelmű kell, hogy legyen.

Az intézmény részéről is hangoztatni kell, hogy az erőszakot, a zaklatást nem fogadjuk el, hogy tenni fogunk ellene. A pedagógusnak egy közösséget kell nevelnie, ahol a gyerekek megtanulnak egymás iránt érzékenyekké válni, és ha megtanulják, hogy igazában az erő abban van, ha közösen teszünk valamit, és egymást segítve haladunk az iskolai úton, akkor tudunk olyan iskolát, olyan iskolai ottlétet teremteni, ahol a gyerekek jól érzik magukat. Napjainkban az érzelmi nevelés a szülő és a pedagógus legnagyobb kihívása: tudatosítani a gyerekekben a saját érzéseiket, megnevezni azokat, és konstruktívan felhasználni a tapasztalatokat.

Amit a gyerekeknek, diákoknak az iskolában is tudniuk, érezniük kell, hogy van, hogy működik egy úgynevezett jelző rendszer, hogy jelezhetik, ha probléma van, hogy tudják azt, szükség esetén kihez kell fordulni. Ez a jelzés lehet akár névtelen is például egy mindenki számára hozzáférhető helyiségben elhelyezett postaládában, ami ma már nagyon sok iskolában megtalálható. Ma már a diákok pszichológiai támogatása is elengedhetetlen ahhoz, hogy segítsünk megérteni a viselkedésük okait, hogy megtanulják kezelni az érzelmeiket anélkül, hogy másokat bántalmaznának.

Az iskolában vannak olyan egyenlőtlen viszonyok, amelyeket nem lehet kivédeni. Ezek voltak és lesznek is: túl jól tanul vagy épp túl gyengén teljesít a gyermek, túl vékony vagy épp túlsúlyos, vagy valami más módon, de eltér a külseje a közösség többi tagjától... Célunk, hogy az iskolában a gyerekek között, a gyerekcsoportokban előforduló nézeteltérések, a konfliktusok ne fajuljanak el tudatos hatalmi harccá, a másság ne az erőviszonyok fitogtatásáról szóljon, a kapcsolatokban ne jelenjen meg a lelki terror, ami nagyon sok esetben még az iskolán kívül is folytatódik például online formában.

Amit jelenleg az iskolákban ennek érdekében tehetünk, az az, hogy preventív és tájékoztató jellegű tevékenységeket folytatunk. Fontos, hogy a tanulók tudják, hogy a zaklatás, a kényszerítés, a testi és lelki sértés, az internetes zaklatás éppen úgy, ahogy a lopás vagy a rablás is, jogellenes cselekedet, amely alól a kiskorúságuk sem ad felmentést. Ma már minden iskolának van egy kontaktrendőre is, aki szintén segítséget nyújt és segíti az iskolai zaklatás megelőzését. Közös a felelősség, közös a cél, közösen kell megtalálni a megoldási lehetőségeket is ahhoz, hogy gyermekeinket segítsük emberré válni, hogy tudjanak emberként élni a világban. Ez persze hosszú távú munka, amely nagymértékű elköteleződést és erőfeszítést kíván. Én ehhez kívánok mindenkinek nagyon sok sikert és kitartást.