

Hogyan álljunk ki együtt az elfogadó iskolai környezetért?



**Kézikönyv tanároknak
az Iskolai Sokszínűség Hete
megrendezéséhez
2019. április 8-12.**



SOKSZÍNŰSÉG
OKTATÁSI • MUNKACSOPORT

KIÁLLUNK EGYMÁSÉRT.

Tartalom

- Bevezető — 2
- 2. Az Iskolai Sokszínűség Hetéről — 4
- 3. Tippek és programajánlatok — 6
 - 3.2. Több mint filmklub — 6
 - 3.3. Óratervek és rövid gyakorlatok — 10
 - 3.3.1. Mások és egyenlők — 11
 - 3.3.2. Hogyan álljunk ki a verbális, előítéletes zaklatás ellen szemlélőként? — 15
 - 3.3.3. Üdvözlő játék a hasonlóság és különlegesség jegyében — 19
 - 3.3.4. Sztereotípiák, címkék és skatulyák — 20
 - 3.3.5. Tegyel egy lépést előre! — 21
 - 3.3.6. „Gyűrött Gyopárka” — 22
 - 3.3.7. Élő Könyvtár – ránk szabva — 22
 - 3.3.8. Kezek erdeje — 23
 - 3.3.9. Készítsünk együtt bullying elleni szabályzatot! — 24
 - 3.3.10. Videó- és fotógaléria készítése — 26
 - 3.4. Színes Szerda Flashmob — 28
- 4. Bullying-kisokos — 29
- 5. SOM partnerek — 36
 - 5.1. Oktatási programok, szervezetek meghívható foglalkozásokkal — 36
 - 5.2. Szakemberek és gyerekek támogatása — 37
 - 5.3. Érdekvédelem — 39
- 6. Ajánlott olvasmányok, linkek – nemcsak a Sokszínűség Hetére — 41

Bevezető

Kedves Pedagógus Kolléga!

A Sokszínűség Oktatási Munkacsoport (SOM) fő célja, hogy az iskolai közösségeket az előítéletes alapú zaklatás elleni kiállásra, és az iskolai sokszínűség ünneplésére, támogatására biztassuk – az Iskolai Sokszínűség Hetén, és az egész tanévben.

A SOM több oktatási programot működtető civil szervezet csatlakozásával jött létre, és fő célja, hogy támogassa, inspirálja a pedagógusokat ezekkel a témákkal kapcsolatban. Hiszünk, hogy **az iskolai zaklatás** – amely szerencsére mostanában már élénken tárgyalt téma – **nem önmagában való, és nem elválasztható olyan társadalmi jelenségektől**, mint az előítéleteség, illetve az emberek különbözőségéhez való viszonyunk. Ott, ahol előfordulhat, hogy egyes személyeket, illetve az ő tapasztalataikat, érzéseiket kevésbé fontosnak tekintenek, nagyobb valószínűséggel történhet bullying. Az Emberi Jogi Nevelők Hálózata (EJHA) 2018-as kutatása szerint az iskolai zaklatásos esetek 70%-át teszik ki az előítéletes megjegyzések, verbális inzultusok. Ezért **úgy gondoljuk, hogy érdemes egyszerre foglalkozni az iskolai zaklatás jelenségével és az iskolaközösség sokszínűségével.**

2019 áprilisára meghirdettük az Iskolai Sokszínűség Hetét. Ebben kiadványban különféle tevékenységeket ajánlunk az iskoláknak, osztályoknak, tanároknak, diákoknak erre a hétre. Tudjuk, az iskolában zajlik az élet, és nem mindig marad idő tanításon kívüli programokra, ezért **igyekeztünk olyan tevékenységeket gyűjteni, amelyekből az is tud választani, akinek több szabadideje van, és az is, akinek kevesebb.** Egy jelképes kiállással is rá tudjuk irányítani a figyelmet az iskolai összetartozás, elfogadás, befogadás fontosságára.

Külön felhívjuk a figyelmüket néhány perces **oktatófilmünkre**, amely jó kiindulópont lehet az iskolai zaklatásról és az előítéletekről való beszélgetéshez pl. egy osztályfőnöki órán. A kisfilm egy osztálytermi zaklatásos jelenetet mutat be háromféle befejezéssel, megoldással. Feldolgozásához segítő kérdéseket és szempontokat sorolunk fel a 3. részben.

Ebben a füzetben az ajánlókon kívül szerepelnek a **legfontosabb információk a munkacsoporthoz csatlakozó szervezetekről**, és a **leggyakoribb kérdések és válaszok a bullyról**. További tudnivalóért látogassanak el honlapunkra!

<http://www.sokszinusegoktatas.hu>

<https://www.facebook.com/sokszinuseg>

Az egész tanévben várjuk az Önök ötleteit, javaslatait, kérdéseit is az info@sokszinusegoktatas.hu címen.

Jó munkát kíván:

A SOM – Sokszínűség Oktatási Munkacsoport

A Munkacsoporthoz csatlakozott szervezetek:

- Amnesty International Magyarország
- Békés Iskolák
- EJHA Emberi Jogi Nevelők Hálózata
- Háttér Társaság
- Haver Informális Zsidó Oktatási Alapítvány
- Hintalovon Gyermejjogi Alapítvány
- Kék Vonal Gyermekekrisis Alapítvány
- Magyar LMBT Szövetség
- Melegség és Megismerés
- Önállóan lakni – közösségben élni
- UCCU Roma Informális Oktatási Alapítvány
- MONDO – a TASZ gyermekjogi projektje

2. Az Iskolai Sokszínűség Hetéről (2019. április 8-12.)

Számos országban hagyománya van annak, hogy az év egy-egy napján (vagy egy egész héten keresztül) az iskolaközösségek kiállnak egy fontos társadalmi ügyért, vagy tiltakoznak egy káros jelenség ellen: például kiállnak a rasszizmus ellen, illetve kifejezik kiállásukat az LMBTQI vagy más kisebbséghez tartozó emberek mellett. Ilyen például a *Day of Silence* (Csönd Napja), a *Week of Awareness* (a Tudatosság hete) vagy a *Pink Shirt Day* (Rózsaszín Pólós Nap).

Ezekon a napokon a résztvevő iskolák, pedagógusok, diákok *hétköznapi, esetenként humoros szimbólumokkal, jelvényekkel jelzik egyetértésüket az adott üggyel, és a témához kapcsolódó programokat, tevékenységeket szerveznek.*

Egy példa: a *Pink Shirt Day*, ami mára bullying-ellenes mozgalommá nőtte ki magát, a kanadai Új-Skócia tartomány egyik iskolájából indult el, ahol pár kamaszfiú tiltakozást indított, miután egy társukat zaklatták rózsaszín pólója miatt. A tiltakozók másnap mind rózsaszín pólót vettek fel, hogy kifejezzék szolidaritásukat az áldozattal, és jelezzék, hogy a kedvesség és az elfogadás pártján vannak az erőszakkal és a kirekesztéssel szemben. Azóta rengeteg iskolában fejezték ki az ügy melletti kiállásukat a diákok és tanárok rózsaszín pólókkal, poszterekkel, szórólapokkal, kisfilmekkel, beszélgetésekkel.

Valami hasonlót álmódott meg a Sokszínűség Oktatási Munkacsoport is. A gyerekeknek szükségük van olyan élményekre, tapasztalatokra, amikor biztonságos, mindennapi közegükben legalább egy napig, vagy a héten néhány alkalommal foglalkozhatnak az elfogadással, az erőszakmentesség feltételeivel, reflektálhatnak iskolájuk, osztályuk sokszínűségére, illetve társaikkal és tanáraikkal együtt állhatnak ki egy jó ügyért.

A tervezett órákhoz, közösségi eseményekhez, bullying-ellenes beszélgetésekhez a SOM eljuttatja az iskolákba az eszközöket: kitűzőket, szórólapokat, posztereket és

a tanári kézikönyveket hasznos információkkal és segédanyagokkal. A programjavaslatokat úgy igyekeztünk összeállítani, hogy a sok esetben túlterhelt pedagógus kollégáktól ne igényeljen túl sok előkészületet, viszont megadja a támpontokat ahhoz, hogy a program elgondolkodtató és inspiráló legyen. A kínálatból tanárok és diákok akár együtt is kiválaszthatják, mi az, ami belefér az idejükbe, és mi az, ami érdekli őket. **A javaslatokat gondolatébresztőnek is szánjuk, a szakemberek természetesen új ötletekkel is előállhatnak, amelyek kapcsolódnak a témához.**

Annak - nagy örömünkre - itthon is hagyománya van, hogy **az iskolák időnként meghívják magukhoz egyes oktatási programok, civil szervezetek érzékenyítő, ismeretterjesztő vagy közösségépítő programjait.** Bár az Iskolai Sokszinűség Hetét kifejezetten az iskolaközösségek aktivizálására, illetve tanárok és diákok együttműködésével megvalósított tevékenységek számára álmodtuk meg, **az 5. részben a SOM-hoz csatlakozó szervezetek foglalkozásait, képzéseit is figyelmükbe ajánljuk** - érdemes meghívni őket a tanév bármely időszakában.

Várjuk a beszámolókat, képeket, videókat (emailben az info@sokszinusegoktatas.hu címen vagy a Facebook oldalunkon), hogy tovább oszthassuk, és mi is inspirálódjunk!



3. Tippek és programajánlatok

3. 1. Plakátok, szórólapok, kitűzők

Ahogy egy iskolai ünnepre készülünk, úgy készülhetünk fel a Sokszínűség Hetére is tárgyakkal, kellékekkel, kiegészítőkkal, külsőségekkel: a szóbeli felhívás mellett plakátok és szórólapok kihelyezésével biztosíthatjuk, hogy minden iskolai dolgozó és diák figyelmét felhívjuk az eseményre, és egy egyezményes, a hétköznapitól eltérő öltözéket, illetve az esemény hivatalos kitűzőit hordva kifejezhetjük egyetértésünket a céllal, és csatlakozásunkat a programhoz.

→ **Plakátokat, szórólapokat és kitűzőket** mi biztosítunk a Sokszínűség Hete csomagban, amit a sokszinusegoktatas.hu oldalon tudnak megrendelni

3. 2. Több mint filmklub

„Te mit csinálnál?” - A SOM kisfilmje az előítéletes verbális zaklatásról

Az iskolai verbális zaklatás témáját feldolgozó kisfimmet kifejezetten az Iskolai Sokszínűség Hetére forgattuk, hogy **kiindulópont lehessen az előítéletes alapú iskolai zaklatásról való beszélgetéshez**. Egy 45 perces tanóra (pl. osztályfőnöki óra) alkalmas lehet a film megbeszélésére, de akár 2 × 45 perces is el lehet tölteni a téma feldolgozásával.

A Szeleccki Rozália és Deák Kristóf által készített filmet a www.sokszinusegoktatas.hu oldalon tesszük közzé.

A film egy olyan atrocitásokat bemutató jelenettel indul, amihez hasonlóval sajnos minden iskolában találkozhatunk, akár általános, akár középiskoláról, akár állami, akár egyházi, akár vidéki, akár fővárosi, akár falusi iskoláról van szó. A jelenetnek háromféle befejezést mellékelünk: ezek viszont nem egyformán valószínűek, és sokféle körülmény együttállásától függ, megvalósulhatnak-e.

A kisfilm cselekménye röviden:

A helyszín egy átlagos magyar középiskola. A szünet végén járunk, amikor egy népszerű, hangadó fiú és a haverja két osztálytársukba is durván beleköt: a folyosón egy roma lányba, a teremben pedig egy vékony fiúba, akit homofób szavakkal illet. A többi diák eközben tanul, beszélget, mobilozik, de a zaklatásra feszülten figyel. Ezután mutatja be a film a három alternatív befejezést: az elsőben senki sem segít az áldozatoknak, a tanár is megérkezik a terembe, és elkezdődik az óra. A második befejezésben a tanár reagál az esetre, és felelősségre vonja a zaklatókat. A harmadik befejezésben egy diák (akinek a szemszögéből láthatjuk az eseményeket) fel mer szólalni a verbális zaklatás ellen, más diákok is melléállnak, s mindehhez a megérkező tanár is csatlakozik.

Az alábbiakban olyan szempontokat, ötleteket, kérdéseket és gyakorlatokat ajánlunk, amelyek segítenek a kisfilm feldolgozásában.

Alapkérdések (ezeket minden csoportnak érdemes feltenni):

1. Szerintetek hogy **érezte magát az áldozat** a jelenetek egy-egy fázisában? Mi lehet a hatása a szóbeli és a fizikai zaklatásnak?
2. **Hogyan érezhették magukat az osztálytársak**, akik csak megfigyelték a jelenetet?
3. Szerintetek **mi lehetett az oka** a kialakult helyzetnek?
4. **Hogyan képzelitek el az iskolai légkört** az egyes befejezések alapján? Milyen lehet a diákok és a tanárok viszonya?
5. A kiinduló helyzetet **mennyire tartjátok elképzelhetőnek** a ti iskolátokban? A ti iskolátokban **volt-e példa** arra, hogy valamilyen kisebbséghez tartozó diákot bántottak? Annak **volt-e megoldása**, és ha igen, mi? Hasonlítsátok össze a jelenetekkel!
6. A három befejezés közül **melyik volt reálisabb, hihetőbb**, melyik kevésbé? Miért?
7. **Hol látjátok magatokat** az egyes jelenetekben? Kinek a viselkedésébe/helyzetébe tudjátok beképzélni magatokat?
8. Szerintetek melyik befejezésnek **mi lehetett a folytatása**?
9. Szerintetek **melyik befejezés után a legvalószínűbb, hogy megszűnik a zaklatás**?
10. Szerintetek **mi kell ahhoz**, hogy a szemlélődő osztálytársak **kiálljanak a zaklatás ellen**? Miért nehéz közbelépni, mi szükséges hozzá?
11. **Ti mit tesztek, tennétek azért, hogy ilyesmi nálatok ne forduljon elő?**
12. **Miért fontos, hogy az iskolában minden gyereket (és felnőttet) származásától, fogyatékoságától, szexuális irányultságától vagy nemi identitásától függetlenül elfogadjunk?**

13. Mit jelent számotokra a **jól működő közösség**? Mi fontos számotokra az osztályon belül? Mit tehetünk annak érdekében, hogy jól érezzétek magatokat az osztályban?

A kérdések, szempontok sora tetszőlegesen bővíthető.

További javaslatok:

- Megtehetjük, hogy még a háromféle befejezés előtt, illetve az egyes befejezések között **megállítjuk a videót**, és a kérdések egy részét akkor beszéljük meg. (Pl. mi lehet mindennek az oka, ki a felelős és kinek mi a felelőssége, hogyan lehetne megoldani a helyzetet.)
- Ha **páros vagy csoportos munkával** szeretnénk feldolgozni a kisfilmet, a kérdéseket feloszthatjuk a párok vagy a 3-4 fős csoportok közt, majd sorban végigmehetünk a válaszokon, és mindenki reagálhat a társai véleményére.
- Ha a csoportnál jobban működnek a **mozgalmasabb órák**, a videó megbeszélése közben kihasználjuk a teret. Toljuk félre az asztalokat, székeket, és azokat a kérdéseket, amelyeket lehet, fogalmazzunk át úgy, hogy a gyerekek a válaszukat a térbeli elhelyezkedésükkel fejezhessék ki.

Példák:

1. Kérdés: Szerintetek ki a leginkább felelős azért, hogy a helyzet megoldódjon? A terem négy sarka a következő négy lehetőséget szimbolizálja: az áldozat, a zaklató(k), az osztálytársak, a tanár. (Közben jelöljük ki, hogy melyik sarokhoz melyik szereplő tartozik. Variálhatjuk is a lehetőségeket, pl. bevonhatjuk a szülőket is.) Helyezkedjétek el úgy a teremben a sarkok között, hogy térbeli elhelyezkedésetek kifejezze a véleményeteket! (Természetesen érdemes minden előforduló véleményt megbeszélni, megindokolni.)
2. A három végződés közül melyik volt a legreálisabb? (A 4. sarok jelentheti azt, hogy egyik sem volt reális.) Melyik miért reális? Ha nem látjátok egyiket sem reálisnak, hogy lenne az?

Ha a csoport szereti a **drámajátékokat**, szeret jeleneteket eljátszani, ezt is ki lehet használni. Eljátszva közelebb kerülhet a gyerekekhez a probléma, jobban bele tudják élni magukat az egyes szerepekbe. (Természetesen érdemes belekalkulálni a gyakorlat levezetésébe a gyerekek egyéni helyzetét. Például ha a csoportban aktuális és nagy

probléma a bullying, a negatív élmények frissek és közeliak, legyünk óvatosak: ha egy valóságban is áldozatszerepben lévő tanuló a játékban is áldozat, az traumatizáló lehet számára.)

Példák:

1. Játsszátok el 4 fős csoportokban, hogy ti hogyan próbáltátok volna megoldani a helyzetet. Minden megoldást tárgyaljatok meg, mennyire hatékony, kell-e valamit módosítani rajta.
2. Játsszátok el 3 fős csoportokban, hogy otthon hogyan meséli el az áldozat / elkövető / szemlélő osztálytárs a történetet, és hogyan reagálnak erre a szülei.



3. 3. Óratervek és rövid gyakorlatok

Akár több, akár egy 45 perces (például osztályfőnöki) óra áll az osztály rendelkezésére, akár az órának csak egy része, ezeket a lopott időket is ki lehet használni úgy, hogy egy-egy csoporthoz szabott gyakorlat megvalósítása közben reflektálunk a sokszínűség és a bullying témájára.

Az általunk az óratervekhez és a gyakorlatokhoz társított időtartamok csupán irányadóak. Tudjuk, hogy egyes témák feldolgozásának és feladatok megoldásának hossza igen sok egyedi körülménytől függhet.

Az alábbiakban közlünk néhány rövid példát, ám gyakorlatok bővebb választéka található az ajánlott olvasmányok között (például a Kompas és Kiskompasz kiadványokban), és a SOM alábbi gyakorlat-válogatásában:

- **Kérdőív és gyakorlat, melynek célja az iskolai légkör feltérképezése**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/nalunk-mindenki-joban-van-masikkal>
- **Gyakorlatok a bullyinggal kapcsolatban**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/gyakorlatok-i-bullying>
- **Gyakorlatok a társadalmi sokszínűségről**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/gyakorlatok-ii-sokszinuseg-kisebbsegek>
- **Gyakorlatok családi, egészségügyi és anyagi helyzettel kapcsolatban**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/gyakorlatok-iii-csaladi-egeszsegugyi-es-anyagi-helyzet>
- **Gyakorlatok nemi sztereotípiákról**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/gyakorlatok-iv-nemi-sztereotipiak>
- **Gyakorlatok verbális és fizikai zaklatásról**
<http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/gyakorlatok-v-zaklatas-szavakkal-tettekkel>

3.3.1. Mások és egyenlők – egy-egy óraterv azonos témában általános és középiskolásoknak

a. Általános iskolásoknak, alsó tagozatosoknak

Eszközök: nagy csomagolópapír, ragasztó, színes ceruzák, zsírkréták, filcek (esetleg más dekorációs kellékek), üres puzzle- vagy kirakós-darabkák papírból (ha nincs elég idő puzzle-darab alakú papírokat vágni, szétvághatunk egyenlő méretű négyzetekre, téglalapokra, hatszögekre is egy nagy lapot, amelyeket végül téglás elrendezéssel illesztünk össze)

Ráhangelődés – (10 perc)

Mondjuk el a gyerekeknek, hogy arról fogunk tanulni az órán, hogy valamilyen tárgyak vagy emberek lehetnek egyszerre különbözőek és egyenlők (vagy ugyanolyanok, ugyanolyan fontosak). Elmondhatjuk például egy torta példájával is az alapgondolatot: különböző összetevőkből áll, cukorból, lisztből, vajból, stb., amik mind valami újat adnak hozzá a tortához, és ugyanolyan fontosak, hogy a torta finom legyen. Hangsúlyozzuk ki, hogy ugyanez a helyzet akkor, ha egy iskola- vagy osztályközösségben összekerül sok-sok gyerek.

Kérjük meg a gyerekeket arra, hogy írják le, mi a kedvenc édességük vagy süteményük. Ha valaki nem szereti az édességet, azt írja le. Ha megvannak ezzel, kérjük, hogy forduljanak a padtársukhoz, vagy a hozzájuk legközelebb lévő társukhoz, és osszák meg egymással, amit írtak. Ezután kérdezzük meg (szavazásra is bocsáthatjuk), hogy hány pár választott azonos édességet, és hányan választottak különbözőket.

Ezek után kérjük meg a gyerekeket, hogy járkaljanak körbe a teremben, és hasonlítsák össze a kedvenc édességüket minél több osztálytársával. Számolják (vagy strigulázzák) közben, hogy hány osztálytárs hányféle édességet említett.

Végül próbáljuk meg közösen összeszámolni, hányféle édesség került szóba, volt-e olyan, aki egyáltalán nem szereti az édeset, mennyi volt a legkevesebb és a legtöbb egyezés a kedvencek között. Hangsúlyozzuk, hogy teljesen jó dolog, ha mindenki mást szeret, hiszen ha mindenki ugyanolyan lenne, a világ unalmasabb hely lenne.

Fő tevékenység – (25 perc)

Mutassunk egy képet egy hiányos puzzle-ről vagy kirakósról. Kérdezzük meg, mi van a puzzle képén. Vajon teljes a kép? Miért nem? Bátorítsuk a gyerekeket arra, hogy ki mondják, megértsék, **mindegyik darabka szükséges ahhoz, hogy teljes legyen a kép.**

Kérdezzük meg, **mi lenne, ha a mi osztályunk is egy kirakós/puzzle lenne?**

Osszunk ki minden gyereknek egy üres, nem túl kicsi papír puzzle darabkát, ami összeillik a többivel.

Minden puzzle darab egy gyerek az osztályból. Ha mind összekapcsolódnak, az már egy közösség, ahol mindenki más, és összekapcsolódik.

Kérjük meg a gyerekeket, hogy **varázsolják egyedivé a saját darabkájukat annak alapján, hogy ők maguk milyenek, és miben különlegesek.** Leírhatják rá a nevüket, a házállatuk nevét, a hobbijukat, a szülei foglalkozását, azt, hogy mik szeretnének lenni, ha nagyok lesznek, vagy olyasmit, amit csak kevesen tudnak róluk. Kidíszíthetik a darabkát színekkel, rajzokkal. Ez a darabka fogja őket képviselni a puzzle-ben.

Zárás – (10 perc)

A puzzle-t/kirakóst **egy nagy csomagolópapíron rakjuk össze – ha tudjuk, rögtön ragaszuk is rá,** úgy, hogy minden diák sorban leteszi a darabkáját. Csodáljuk meg együtt a kész képet, nézzük meg, az egyes darabkákon **milyen hasonlóságok és milyen különbségek** vannak. Mi is tegyük hozzá a magunkét.

Beszéljük meg a diákokkal, hogy osztályként, közösségként erősebbek vagyunk. Megkérdezhetjük: **az, hogy értjük és elfogadjuk, hogy mindenki különböző, segíthet-e nekünk abban, hogy ne bántssuk egymást?** Lehet, hogy a kisebb gyerekek ilyenkor arra asszociálnak, miként viselkednek akkor, amikor egy játékon összevesznek, de **a nagyobbakkal már lehet arról beszélgetni, hogy a különbözőségek elfogadása miatt és a közös munka, közös tanulás során kevesebb esély van arra, hogy zaklatás, bántalmazás, bullying alakuljon ki.**

Zárhatjuk azzal az órával, hogy megkérdezzük: **bár egy mindennapi kirakósra vagy puzzle-rek van széle, a miénk bővíthető – vajon miért?** A válasz, hogy befogadunk másokat.

Ehhez a puzzle-hez lehet még kapcsolódni, a képet is lehet nagyítani, hiszen a jövőben még bárki jöhet az osztályba, aki szintén hozza magával a saját, egyedi tulajdonságait. A csomagolópapírra ragasztott kirakóst ha lehet, tegyük ki a falra, hogy emlékeztessen mindenkit, hogy egy osztályt alkotnak.

b. **Felső tagozatosoknak és középiskolásoknak (kb. 12-18 éves korig)**

Eszközигény: Magyar Értelmező Kéziszótár

Ráhangolódás – (10 perc)

- Írjuk fel a táblára a „**Mindenki különböző, mindenki egyenlő**” jelmondatot.
- Kérdezzük meg a diákokat, hogy ebben a kontextusban (vagy ebben a mondatban) **mit jelent a „különböző” és az „egyenlő” kifejezés.**
- Válasszunk ki pár meghatározást a válaszok közül, amelyeket **megvitatunk és szavazásra bocsátunk, hogy mennyire tartjuk megfelelőnek.**
- Megnézhetjük az **értelmező szótárban** a szavak jelentését, és hasonlítsuk össze azzal, amelyek mellett elköteleződünk.

Ha bizonytalan a csoport a meghatározásokban, az alábbiakhoz hasonló definíciókkal segíthetünk:

Különbözőség: Emberek vagy dolgok bizonyos szempont szerinti mássága, eltérése.

Egyenlő: Ugyanazzal a helyzettel, jogokkal és lehetőségekkel rendelkezni.

Egy régi, '60-as évekbeli kiadású magyar értelmező kéziszótárban többek között ezek a meghatározások szereplenek:

„Nem azonos, más-más.”

„Olyan, ami <mérhető mennyiségek hiányában is, körülményei, helyzete v. egyéb tényezői folytán> (nagyjából) azonosnak vehető vmivel, megegyezik vele.”

- Adjunk pár percet a diákoknak arra, hogy leírják maguknak, **mi az üzenete, mi a célja a „mindenki különböző, mindenki egyenlő” szlogennek**

Fő tevékenység – (20 perc)

Mondjuk el, **mit jelent a társadalmi nyomás** – illetve kérdezzük meg, meg tudják-e határozni, mit jelent.

A következő kérdéseket érdemes sorra venni, akár csoportokban, akár frontálisan, osztályszinten beszéljük meg a témát:

- **Érezte-e valaha nyomást, kényszert, hogy bizonyos részleteit megváltoztasd annak, aki vagy?** (Például a kinézetedet, az öltözködésedet, a viselkedésedet, a zenei ízlésedet...)
- Sorolják fel, hogy a társadalmi nyomás milyen típusaival találkoztak. (Honnan eredtek? Mi volt a tárgyuk?)
- Nagy körben **szavazhatunk is, hogy lássa mindenki, mennyien éreztek már hasonlót.**
- Amikor ilyen nyomást érzünk, ez **honnan jön?** (Például a közösségi médiából? Tévéből? Zenéből? Barátoktól? Iskolától? A családjuktól? Önmaguktól?)
- **Milyen hatással van** ez a fajta nyomás az emberre, a jóllétére, önbizalmára, magabiztosságára?
- Lehet-e ennél jobb a helyzet? **Létezhetünk-e ilyen nyomás nélkül, és ha igen, hogyan?**

Reflexió – (15 perc)

Kérjük arra a diákokat, hogy **3-4 fős csoportokban írják le víziójukat egy olyan iskoláról, ahol mindenki szabadon önmaga lehet.** Mik lennének a fő szabályok, alapelvek? Miután minden csapat megosztja a saját vízióját, hasonlítsuk ezeket össze, **válasszuk ki a közös pontokat, amiben mindenki egyetért, és ötleteljünk arról, hogy mi kell ahhoz, mit tudunk tenni közösen, hogy ezek megvalósuljanak a saját iskolánkban.** *Ha a reflexióra kevés idő marad az óra végén, de egy másik alkalommal lehetőség nyílik a folytatásra, a következő órát folytathatjuk egy bullying-ellenes szabályzat közös megalkotásával (ehhez ugyanebben a részben, a későbbiekben adunk támpontokat).*

3.3.2. Hogyan álljunk ki a verbális, előítéletes zaklatás ellen szemlélőként?

– 2 tanóra – felsősöknek és középiskolásoknak

1. óra

Eszközигény: cetlik a szituációk leírásával, csomagolópapír vagy flipchart tábla, színes filcek

Az óra/gyakorlat elején tisztázzuk, hogy arról lesz szó, **vajon hogyan lehet reagálni arra, ha valakit a környezetünkben verbálisan zaklatnak (becsmérelnek, megbélyegeznek).** Érdeemes hangsúlyozni, hogy érthető, ha az ember nagy kihívásnak érzi, hogy ilyen helyzetekben jól tudja megválasztani, mit is mondjon.

Mutassuk be az alábbi szituációkat a diákoknak, hozzátéve, hogy ezek kitalált helyzetek. (Alternatív kiegészítés: megkérhetjük a diákokat, hogy reflektáljanak ezekre, az alapján, hogy mennyire tartják reálisnak, találtak-e hasonlóval, és a válaszok alapján átírhatjuk ezeket.)

- *Óra végén, amikor pakoltok el, meghallod, hogy pár fiú egy lány osztálytársatokra „dagadt disznóként” hivatkozik. A lány is jól hallja mindezt.*
- *Testnevelés órán foci előtt, mikor csapatokat alkottok, a te csapatod kapitánya „buzinak” nevezi az egyik osztálytársadat, és azt mondja, őt semmiképpen sem választja be a csapatba.*
- *Az ebédlőben egy iskolatársad elbotlik és kiborítja az italát, mire pár lány a közeledben „retardáltak” és „fogyinak” nevezi.*
- *Matematika óra végén jelentkezni lehet matekversenyre. Pár osztálytársad nevetve odaszól egy másik társatoknak, hogy „a füstösképű inkább hegedűversenyre jelentkezzen”.*

Mindegyik esettel kapcsolatban beszéljünk a következőről:

- *Mi a helyes reakció ezekben az esetekben (szemlélőként)?*
- *Mi az, amit a legtöbbnek tesznek a valóságban?*
- *Milyen érzés úgy cselekedni, ahogyan szeretnénk, ahogyan helyesnek gondoljuk?*
- *Milyen érzés nem úgy cselekedni, ahogyan igazából szeretnénk?*

Hasonlítsuk össze a válaszokat, és beszéljük meg, hogy mi akadályozza meg általában az embert, hogy felemelje a szavát, ha valamit rossznak vagy igazságtalannak tart? (Például fél, vagy nem tudja, mit mondjon...) Ezeket írjuk fel egy flipchart-papírra, vagy a táblára.

Beszéljük meg, mit is jelent az, hogy valaki „szemlélő”. (Hogy a legtöbb zaklatásos vagy bántalmazásos esetről jelen vannak szemlélők. Hogy nem az ő felelősségük, és nem az ő hibájuk, ha valaki zaklatóvá válik, de ha nem csinálnak semmit, nevetnek vagy elfordulnak, hozzájárulhatnak ahhoz, hogy a zaklatás folytatódjon. Hogy érthető a szemlélők félelmei is – lehetséges, hogy mindannyian voltunk hasonló helyzetben, és nem csináltunk semmit.)

Térjünk vissza az okok listájához. **Ötleteljünk, hogyan lehet túljutni ezeken az akadályokon, kihívásokon.** Természetesen nagyon egyszerű dolgokat is meg lehet foglalmazni (pl. mondjuk az elkövetőnek, hogy hagyja ezt abba; semmiképpen se nevéssünk; szóljunk egy tanárnak; fejezzük ki támogatásunkat és megértésünket az áldozatnak, stb.). Ezeket is írjuk fel.

Az órát zárhatjuk azzal, hogy **mindenki választ a megoldási javaslatokból egyet, amit úgy érzi, biztosan meg tudna tenni, és egyet, amire még nem biztos, hogy képesnek érzi magát.** Ezt párokban is megbeszélhetik.



2. óra

Eszközigény: nagy csomagolópapír vagy flipchart tábla, színes filcek, gyurmaragasztó

Elevenítsük fel, miről volt szó az előző órán, beleértve a szituációkat, a közbelépés nehézségeit és a megoldási javaslatokat is. Alkossunk 4-6 fős csapatokat a diákokból, és osszuk el köztük a szituációkat. Ezek alapján **játsszák el a jeleneteket, úgy, hogy gyakorolják az egyes megoldási javaslatokat.** Elmondhatjuk, hogy bár nehezebb „élesben” cselekedni, ha gyakorolunk bizonyos mondatokat, bizonyos reakciókat, az növelheti a magabiztosságunkat, és segíthet abban, hogy valós helyzetekben is alkalmazni merjük ezeket a válaszokat.

Ezután az egész osztállyal, közösen is végigmehetünk a szituációkon, **megtárgyalhatjuk az eljátszott és szóba jöhető reakciókat, és önként jelentkezőkkel kipróbálhatjuk a jeleneteket különböző megoldásokkal.**

Minden előadott szituáció után tegyük fel és beszéljük meg a következő kérdéseket:

- *Mit gondoltok, ebben a jelenetben miért vált a zaklatás célpontjává az áldozat?*
- *Mit gondoltok, az áldozat hogy érezte magát? Mire gondolhatott a zaklatás során?*
- *Mit gondoltok, miért viselkedett úgy a zaklató, ahogy? Mit próbálhatott elérni, mi volt a célja?*
- *A jelenetben alkalmazott stratégia megfelelő válasz volt-e minderre? Segített-e? Van-e más ötletetek?*

Érdemes kitérni arra, hogy azokban az esetekben, ahol olyan – kirekesztő és előítéletes – kifejezések hangzanak el, mint a „buzi” vagy „fogyi”, ezeket a kifejezéseket valójában arra használják, hogy egy személyt vagy egy élethelyzetet alacsonyabb státuszúnak, nemkívánatosnak, elutasítandónak bélyegezzenek. Erre a diákok gyakran felelik azt, hogy ezek a kifejezések „nem jelentenek semmit”, és „mindenki használja őket”, de fontos rámutatni, hogy mégis előítéleteket közvetítenek a társadalom egyes csoportjaival szemben. Íme pár lehetséges válasz arra, hogy miért is nem érdemes bagatellizálni az előítéletes kifejezéseket:

- *Teljesen rendben van a „meleg” vagy a „leszbikus” szavakat használni azokra az emberekre, akik melegek vagy leszbikusok, de nincs rendben, ha arra használjuk, hogy valakit elítélendőnek, megvetendőnek bélyegezzünk velük.*

- A „retardált” szó sértő azok számára, akik valamilyen testi vagy szellemi fogyatékossgal élnek. (Ugyanígy a „füstöskepű” a roma embereknek, a „buzi” a meleg embereknek, stb.)
- Nincs rendben, ha sértésként használunk egy olyan szót, ami valakinek az identitását írja le.
- Hogyan éreznétek magatokat, ha valaki sértésként használna egy olyan szót, amivel ti azonosultok, ami az identitásotok része?
- Mindannyian lehetünk célpontjai valamilyen sértésnek, úgyhogy mind tegyünk egy kis erőfeszítést azért, hogy elkerüljük a másokat bántó beszédmódot.

Zárás: Mindenki gondoljon ki és írjon le egy nagy csomagolópapírra **egy személyes fogalmat, egyvalamit, amire a jövőben biztosan odafigyel, és amit megtesz a verbális zaklatás ellen.** A csomagolópapírt tegyük jól látható helyre az osztályteremben.



3.3.3. **Üdvözlő játék a hasonlóság és különlegesség jegyében** – általános iskolásoknak – kb. 5-10 perc

Egy gyors bemelegítő gyakorlat lehet az adott óra, nap vagy a hét beindítására – olyan csoportban, ahol már jól ismerik egymást. Mindenki álljon fel, és ha lehet, ne legyenek útban a padok. **A játékvezető (általában a tanár, de át is adhatja ezt a szerepet) bizonyos szempontokat sorol fel, amelyek alapján olyanokat kell találnunk a csoportban, akikkel közös nevezőn vagyunk.** Pl.: fogjatok kezét olyanokkal, akiknek olyan színű haja van, mint nektek / akivel ugyanaz az anyanyelvetek / akivel ugyanabban a kerületben laktok / ugyanazokat az ételeket szeretik / hasonlóan öltözködtek. A feladat az, hogy üdvözljük a hasonlóságot, tapsoljuk meg a különbözőséget. **Vagyis: fogjunk kezét és üdvözljük a másikat, éppen azt, akivel „azonos kategóriába tartozunk”.** Mindenki próbáljon meg minél több embert találni ez alapján, amíg a játékvezető meg nem változtatja a kategóriát. Lehetnek egyszerű, szemmel látható kategóriák, és lehetnek olyanok is, amelyekhez jobban kell ismerni a másikat, vagy beszélgetni, egyeztetni kell.

A játékvezetőnek érdemes figyelni azokra, akik épp nem találnak hasonló társat, és segíteni neki. **De ha valaki végül nem talál senkit, akivel kezét foghat az adott körben, az azt jelenti, hogy az adott kategóriában különlegesnek számít. Ez tapsot érdemel!**

Érdemes előre átgondolni, és úgy összeállítani a kategóriákat, hogy mindenki sokféle gyerekekkel foghasson kezét a hasonlóság jegyében. Ám sok gyerek azt is szórakoztatónak találja, ha valamiben különleges és tapsot kaphat (természetesen lehetnek kivételek).

Utána beszélhetünk arról, **hogy melyik kategóriában volt a legtöbb hasonlóság, melyik volt megosztóbb, és melyikben volt a legtöbb különlegesség, illetve hogy mi lehet ennek az oka.**

3.3.4. Sztereotípiák, címkék és skatulyák – általános és középiskolásoknak – 15-20 perc

A gyakorlat arról a jelenségről szól, hogy **gyakran könyvelünk el (akár valós, akár képzelt tulajdonság alapján) valakit valamilyennek, berakjuk egy skatulyába, amit nem feltétlenül vizsgálunk felül, és nem változtatunk meg az idő múlásával.** Így gyakran azt hisszük, ismerünk valakit, pedig ez nem feltétlenül igaz.

Osszunk ki üres cetliket. Először arra kérjük a résztvevőket, **gondolják ki, hogy hozzájuk milyen sztereotípiát*, címkét társíthat a külvilág (az osztálytársai) a külseje vagy felületes ismeretség alapján, akkor is, ha ő ezzel nem teljesen azonosul.** Pl. „jó tanuló”, „sportoló”, „a vicces gyerek”, stb. Ezt nem kell feltétlenül leírni. **A kártyára olyan tulajdonságot, jellemzőt írjanak le, amivel az előbb kigondolt sztereotípiával szemben azonosulni tudnak, de ezt nem feltétlenül tudják rólok a társaik, pedig árnyalná a róluk alkotott képet.** Pl. „színházrajongó”, „hip-hop táncos”, „író”, stb.

A kártyákat szedjük be, sorban húzzuk ki, és olvassuk fel őket. **Az osztálytársak talál-gathatnak (pl. legfeljebb háromszor), ki írta ezt magáról, és ha nem sikerül kitalálni, a cetli tulajdonosa szint vallhat.** (Ha a gyerekek élvezik a játékot, de nincs idő mindegyiket kihúzni, más órák elején is visszatérhetünk hozzájuk.)

Végül beszéljük meg, hogy **mi volt meglepő, és miért.** Érdemes rávezetni a csoportot arra is, hogy **nem egyedülálló jelenség a kategorizálás – nemcsak egymással csináljuk, hanem a csoporton kívüli személyekkel, a világ jelenségeivel, stb.**

Sztereotípiák: Általában felszínes, negatív, pozitív vagy semleges elképzelések, tulajdonságok együttese egy adott társadalmi csoportról. Ezeket az emberek a csoport minden tagjára érvényesnek gondolják, akár anélkül, hogy bárkit ismernének, aki a csoportba tartozik.

Előítélet: Egy adott társadalmi csoport tagjaira vonatkozó értékítélet, erős negatív érzelmi viszonyulás, amely nem támaszkodik valós tapasztalatra vagy racionális érvre. Mivel érzelmek társulnak hozzá, nagyon nehezen változik, és a csoporton belüli egyéni különbségektől függetlenül mindenkire érvényesnek gondolják. Az előítéletes viszonyulás következménye az adott csoport elleni diszkrimináció, kirekesztés, erőszak.

* érdekes a gyakorlat közben tisztázni a „sztereotípiák” fogalmát, akkor is, ha benne van az aktív szókinccsükben, és összehasonlítani az „előítélet” fogalmával.

3.3.5. Tegyel egy lépést előre! – középiskolásoknak – 20-30 perc a megbeszélés mélységétől függően

A diákok (nagy létszám esetén csak 10-15-en) **szerepkártyákat kapnak, amit nem mutatnak meg senkinek.** Beállnak egymás mellé egy vonalra (ha nem mindenkinek jutott kártya, a többiek a megfigyelők). **Sorra olvassunk fel állításokat.** Azok a diákok, **akikre a szerepkártyán levő személy szemszögéből nézve igaz az állítás, lépnek egy lépést előre** (másik változat: akik nemmel válaszolnának, lépnek egy lépést hátra). A játék végére **látványos távolság lesz a privilegizált, illetve a hátrányos helyzetű személyek között.** Ezek után megbeszéljük a diákokkal, hogy érznek ezzel, illetve a játékkal és saját szerepükkel kapcsolatban.

Lehetséges szerepkártyák: muszlim menekült fiú; szegény családból származó roma lány; tehetős fehér családban élő fiú; enyhén beszédhibás meleg fiú; sportolásban ügyetlen sovány fiú; kerekesszékes fiú; konzervatív keresztény szülők lánya; transznemű lány; leszbikus szülők lánya; autista fiú, stb.

Lehetséges állítások iskolai zaklatás témában, például:

- Nem különbözöm az osztálytársaimtól bőrszín tekintetében.
- Ugyanúgy öltözködöm, mint az osztálytársaim.
- Senki nem mondja azt, hogy nem vagyok elég férfias/nőies.
- Mások nem űznek csúfot a beszédemből.
- Soha nem csúfolnak a szüleim miatt.
- Az interneten nem olvasok olyan posztokat, amelyek az én csoportomról negatívan nyilatkoznak.
- Bármilyen programra el tudok menni, ahová az osztálytársaim.
- Nem félek attól, hogy valaki megtámad az utcán.
- Csoporttagságom miatt nem feltételeznek rólam eleve negatív tulajdonságokat (pl. agresszió, butaság).
- A csoportomat megnevező szavakat mások nem használják sértésként.
- Az ország jogszabályai alapján semmilyen hátrányt nem élek meg.

(A feladat eredeti formája a Kompaszkézikönyvben található, a jelenlegi változat kifejezetten az iskolai zaklatást helyezi középpontba.)

3.3.6. „Gyűrött Gyopárka” – általános iskolásoknak – 20-30 perc megbeszélés mélységétől függően

Minden diák kapjon egy üres papírlapot. Kérjük meg őket, hogy rajzolják rá egy lány, Gyopárka kontúrját, majd írjanak köré rosszindulatú, megalázó, megbélyegző mondatokat, például „lúzer vagy”, „mindenki utál”. Minden tanuló gyűrje össze, majd simítsa ki a rajzát. Tűzzük ki őket az osztályteremben. Magyarázzuk el nekik, hogy ezek a rajzok példázatok, miként tépázzák meg az ember önbecsülését, önbizalmát, énképét a bántó megjegyzések.

Újra osszunk szét üres lapokat és kérjük meg a diákokat, hogy ismét rajzolják le Gyopárkát. Ez alkalommal kedves, dicsérő mondatokat írjanak köré, mint „nagyon ügyes vagy”, „örülök, hogy a barátod lehettek”. A rajzok kiállítás után beszéljünk a pozitív megjegyzések hatásairól, és a két rajz közötti különbségről.

3.3.7. Élő Könyvtár – ránk szabva – tetszőleges óraszámban, magyar nyelv és irodalom órákra

Az Élő Könyvtár módszert bizonyára keveseknek kell bemutatni. Egy Élő Könyvtár rendezvény éppúgy működik, mint egy rendes könyvtár – az olvasók kikölcsönöznek egy „könyvet” egy rövid időre. Miután elolvasták, ha kedvük van, kikölcsönöznek egy másikat. Itt viszont a könyvek emberek, és nem csak beszélnek, de beszélgetnek, válaszolnak is olvasók kérdéseire, sőt, ők is tehetnek fel kérdéseket, és akár maguk is tanulhatnak.

Egy Élő Könyvtárban általában olyan emberek vannak, akik valamiért, valamiben „mások”, illetve sok velük kapcsolatban a téves sztereotípiák, vagy diszkrimináció áldozatai – például fogyatékosággal vagy lakhatási szegénységben élők, romák, transzneműek, menekültek vagy akár sokgyermekes anyák. Amit ők vállalnak, óriási teljesítmény és ajándék - könyvként kinyílván, kilépve a komfortzónából, őszintén elmesélik a történetüket egy olyan ember szemébe nézve, aki számukra teljesen idegen, és olyan emberekkel vállalkoznak párbeszédre, akik esetleg prekoncepciókkal ülnek le hozzájuk.

Ezen a módszeren csavarhatunk egyet, ha a saját osztályközösségünkben szervezünk könyvtárat. Lehet, hogy úgy tűnik, saját közösségünket jól ismerjük, lehet, hogy az osztályközösség összetartó, ahol senkit sem rekesztenek ki, ám ebben az esetben is sok újdonságot deríthetünk ki a másiktól.

Megkérhetjük az osztályt, hogy gondolják ki, ők, mint Élő Könyvek, „miről szólnának”, és írják meg a történetüket. Írják meg, ők miben különlegesek, személyiségük mely aspektusaival azonosulnak leginkább, írják le, mit jelent XY-nak lenni.

Nem biztos, hogy mindenki szívesen vállalkozik könyvnek, és ez természetes: nagy erő kell ahhoz, hogy az ember vállalja, hogy kitarja magát mások előtt. A vállalkozóbb szellemű „könyvek” számára jelöljük ki olyan időpontokat (egy-egy órán vagy szünetekben), amikor fogadhatják az érdeklődő olvasókat. Azoknak, akik inkább „klasszikus módon”, írásban osztanak meg történetüket a többiekkel, jelöljük ki egy falfelületet, ahová kitézhetik a könyvüket.

3.3.8. Kezek erdeje – osztályfőnöki vagy rajz ill. technika órákra – általános és középiskolásoknak – minimum 45 perc

Eszközök: A3-as vagy A4-es rajzlapok, több nagy csomagolópapír, amikre kifér az összes kéz, ragasztó, olló, írószerek, dekorációs kellékek

A cél, hogy a feladat végén az osztályterem szabad falfelületeit kidekorálhassuk „a kezek erdejével”, amit fák helyett az osztály kéz-rajzai alkotnak.

Először **minden gyerek rajzolja körül a saját karját**, kezét, vagy párokban rajzolják körül egymásét, lehetőleg minél jobban szétálló ujjakkal. (Látványosabb lesz az „erdő”, ha sikerül teljes karokból összerakni, és nemcsak alkarral együtt rajzolják körbe a kezeket.)

Ezek után minden gyerek **írjon magáról 5 fontos dolgot** saját kézirajzán az 5 ujja. Az alábbiakat javasoljuk, de számtalan ugyanilyen fontos kérdés lehetséges, amivel helyettesíthetjük ezeket:

1. *Ki vagyok én? Hogyan határozom meg önmagam?*
2. *Mit szeretek a legjobban csinálni?*
3. *Mi a legjobb tulajdonságom?*
4. *Milyen cselekedetemre, eredményemre vagyok büszke?*
5. *Mi a legkedvesebb dolog, amit más mondott nekem?*

Ezek után **mindenki kidíszítheti a papírkart**, ahogy tetszik neki: rajzokkal, matricákkal, sormintákkal, fonalakkal, csillámmal, stb. (Mégkérhetjük a gyerekeket előre is, hogy az adott órára hozzanak magukkal nekik tetsző díszítő elemeket.)

Ha az írással és a díszítéssel végeztek, óvatosan vágják ki a karokat. Ezeket ragasszuk fel sorban egymás mellé nagy csomagolópapírokra, melyeket kitehetünk a falra az osztályteremben. Így a „kezek erdejében” sokáig gyönyörködhet az osztály, és emlékeztetheti a gyerekeket arra, hogy mindenki különleges, és ugyanannak az erdőnek fontos tagja.

3.3.9. Készítsünk együtt bullying elleni szabályzatot! – középiskolásoknak, kb. 30-45 perc

A Háttér Társaság 2017-es kutatása szerint, amely az LMBTQI diákok iskolai tapasztalatainak feltérképezésére irányult, **a válaszadó diákok többségének (70%) iskolájában nem volt bullying-ellenes szabályzat, vagy nem tudott róla, és csak 1%-uk jelezte, hogy olyan szabályzatuk van az iskolában, ami kiter bizonys kisebbségekre** (például a többségtől eltérő szexuális irányultságra). Nem tudhatjuk, hogy valójában hány magyar iskolában vannak ilyen szabályzatok, de az bizonyos, hogy van még mit javulnia a helyzetnek. Pedig **a szabályzat megléte és kellő kidolgozottsága fontos fokmérője annak, hogy egy iskola, illetve annak vezetősége mennyire elkötelezett az iskolai zaklatás megelőzése és megfékezése iránt.** S természetesen nemcsak a szabályzat pusztja léte fontos, hanem az is, hogy **a diákok ismerjék és használják, biztonságban tudjanak hivatkozni rá.** Az, ha azonosítani tudják, mi a zaklatás, ha tudják, mi a teendő, ha őket vagy egy társukat bántják, ha a (nyíltan vagy titokban) kisebbséghekhhez tartozó diákok is tudják, elismerik és elfogadják identitásukat, és jogosan kérhetnek segítséget, mind-mind hozzájárulnak a biztonságos iskola kialakításához.

Akár van az intézményben zaklatás elleni szabályzat, akár nincs, hasznos lehet, ha az osztályközösség alkot egy sajátot. S végül amennyiben lehetséges, összehasonlíthatja a meglévővel, kiegészítheti annak alapján, sőt, kezdeményezheti a hivatalos verzió aktualizálását és továbbgondolását is az osztály-szabályzat alapján.

Érdemes úgy nekilátni a feladatnak, hogy **a diákok 3-5 fős csoportokban megállapodnak a szabályzat megalkotásához szükséges legfontosabb kérdésekben.** Ezeket a kérdéseket feloszthatjuk alapvető témakörökre: (a) a probléma definiálása, megértése; (b) bizonyos alapelvek, alapfeltételek elfogadása; és (c) konkrét feladatok, felelőségek kijelölése.

Ezek lehetnek a következők:

(a) Definíció:

1. Mit tekintünk zaklatásnak, hogyan ismerjük fel, mi különbözteti meg a pusztá konfliktustól?
2. Mi lehet az iskolai zaklatás oka?
3. Vannak-e olyan diákok vagy diákcsoportok, akik különösen veszélyeztetettek, és ha igen, kik azok?
4. Hogyan vehető észre akkor is, ha valakit pl. nem a szemünk láttára zaklatnak?

(b) Előfeltételek, alapelvek:

5. Mivel előzhető meg, hogy egyáltalán előforduljon zaklatás? Mi kell a békés iskolához?
6. Hogyan lehet a különösen veszélyeztetett diákokat kiemelten védeni?

(c) Feladatok:

7. Mit tehetünk mi, diákok, mi a mi felelőségünk? (Akár a békés iskolai légkör kialakításában, akár egy fennálló zaklatásos eset megoldásában?)
8. Mit tehetnek a tanárok és a szülők, mi az ő felelőségük? (Akár a békés iskolai légkör kialakításában, akár egy fennálló zaklatásos eset megoldásában.)
9. Mit tegyen az, akit zaklatnak?
10. Mit tegyen az, aki tanúja a zaklatásnak?
11. Hogyan oldjanak meg egy-egy esetet? (Ehhez érdemes ötleteket, példákat adni a diákoknak.)
12. Mi történjen azzal, aki zaklat? Hogyan lehet neki segíteni?

A sor tetszőlegesen folytatható. A feladat megvalósításához, a kérdések megválaszolásához használhatjuk segítségül vagy gondolatébresztőként a kiadvány 4. részét, a **Bullying-kisokost**, illetve a nehezebb kérdésekre adhatunk példákat az **Útmutató az előítéletes alapú iskolai zaklatás megelőzéséhez és kezeléséhez** című kiadvány alapján (ld.a 6. részben). Kisebbekkel **dolgozhatunk ennél jóval kevesebb kérdéssel is**. Értékes eredmény születhet akkor is, ha az általunk legfontosabbnak ítélt, és a korosztály számára megfelelő szintű kérdésekkel foglalkozunk.

Végül minden csoport mondja el, milyen válaszokat adott! Minden kérdéshez írjuk össze az elhangzottakat (a táblán, vagy flipchart-táblán). Ahol nagy kontraszt vagy ellentét van a csoport-válaszok között, ott érdemes részletesebben megvitatni és dönteni, mi az, ami az ellentétes álláspontok közül a legtöbbször elfogadható, ahol pedig közel azonos gondolatok jelennek meg más megfogalmazásban, érdemes ezekből megalkotni a legpontosabbnak ítélt változatot. Végül a megmaradt válaszokból mindegyikkel kapcsolatban indítsunk szavazást, hogy benne legyen-e a szabályzatban.

A végeredményt érdemes lefényképezni, majd utólag legépelni, s nyomtatott vagy online formában közzétenni a csoport számára. Később ehhez vissza-vissza térhetünk, és módosíthatunk a közös tapasztalatok, újabb ötletek alapján.

3.3.10. Videó- és fotógaléria készítése

Minden iskola sokszínű, még ha ez nem is mindennap kerül előtérbe. Rengetegféle gyerek, fiatal és felnőtt alkotja a közösséget, rengetegféle hobbival, kedvteléssel, érdeklődési körrel. Sokan, sokféle erősséggel és gyengeséggel, sokféle származási háttérrel, történettel tanulnak és dolgoznak az intézményben. Ezt a **sokszínűséget a videó és a fotó eszközeivel is felfedezhetik a diákok**. Pláne úgy, hogy ma már szinte mindenkinek van okostelefonja, ami persze egyszerre áldás és kihívás, amennyiben például a figyelem megosztottságát tekintjük.

A diákok a hét folyamán, a szünetekben, a közös programokon **forgathatnak dokumentumfilmet**, akár az iskolát körbejárva és a társakat megszólítva, akár komoly interjúkat készítve. **Fotók** formájában **egy-egy pillanatot is megörökíthetnek** a közösség életéből.

Létrehozhatunk az iskola honlapján, Facebook-oldalán egy „**Iskolai Sokszínűség Hete**” **fotó- és videó-galériát**, vagy akár csak Google Drive mappákat, ahová felkerülhetnek a felvételek.

Amire érdemes figyelni:

Olyan közösségben lehet videókat és fotókat gyűjteni, ahol ahol a szülők is beleegyeznek, hogy belső használatra készülhetnek felvételek a gyerekekről, illetve mindenki megérti és elfogadja, hogy vannak alapszabályai a videózásnak, fotózásnak. Például:

Csak olyan felvételeket készítsenek, amiknek a tárolásába, feltöltésébe a rajta jól látható szereplők beleegyeztek.

a felvételek nem lesznek publikusak az intézményen kívül (pl. nyilvános Facebook-oldalon), kivéve, ha abba a rajta szereplők és szülei, gonviselői beleegyeznek.

Van egy kijelölt felelőse (lehetőleg a pedagógusok közül) a videó-és fotómappák kezelésének, ellenőrzésének.



3.4. Színes Szerda Flashmob

A Sokszínűség Hetének szerdáján, április 14-én, vagyis a *Színes Szerdán* javasoljuk, hogy az iskolaközösség vagy az osztályközösségek minél nagyobb része gyűljön össze egy arra alkalmas helyen (pl. udvaron, tornateremben, aulában) sok-sok különböző élénk színű ruhába (pólóba, ingbe, pulóverbe) öltözve, és erről készüljön fotó.

Nemcsak a színek szimbolizálhatják a sokszínűséget: gyárthatunk **transzparenszeket** is (egyénenként vagy osztályonként), amelyekben olyan tulajdonságaink szerepelnek (ez lehet hobbi, származás, vallás, anyanyelv, érdeklődés, külső tulajdonság, bármi), amelyek meghatároznak minket, és amitől a közösség értékeesebb és színesebb. Tipp: hogy a fotó minél látványosabb legyen, javasoljuk, hogy **a hét elején osszunk ki egy-egy színt a különböző osztályoknak**, hogy az osztályközösségek fel tudjanak készülni arra, hogy a Színes Szerdán az adott szín (pl. piros, kék, sárga, zöld, barna, narancs, stb.) egy árnyalatát viseljék, és úgy szerepeljenek a fotón. Ezeket a fotókat osszák meg minél többen Instagramon, Facebookon a #sokszinuseghete #szinesszerda #álljunkkiegymásért #iskolaielelötitelekekellen tegekkel, hogy felhívják a figyelmet az eseményre.

A nem saját óratervekhez, gyakorlatokhoz felhasznált források:

- Az Anti-bullying Alliance honlapja - <https://www.anti-bullyingalliance.org.uk/tools-information>
- KOMPASZ – Kézikönyv a fiatalok emberi jogi képzéséhez
- Béres-Deák – Bognár – Boros – Daróczi – Dombos – Liska – Majoros: Útmutató az előítéletes alapú iskolai zaklatás megelőzéséhez és kezeléséhez. A Háttér Társaság, a Romaversitas Alapítvány, a Társaság a Szabadságjogokért és a Tett és Védelem Alapítvány kiadványa. Budapest, 2016.
http://iskolaizaklatas.hu/sites/default/files/iskolaizaklatas_utmutato.pdf



4. Bullying-kisokos

1. Mi a bullying?

Ennek a fogalomnak sokféle definíciója van, de a magyarországi szakirodalomban a legtöbbször megfelelnek az iskolai zaklatásnak. **A következőek a kulcsszavak: szándékosan, tudatosan bántó, megalázó vagy ellenséges viselkedés, ami ismétlődik vagy hosszabb távon zajlik egy meghatározott társas környezetben, közösségben; feltétele valamilyen valódi vagy megélt hatalmi hierarchia, amihez egy adott szereprendszer kötődik.** E feltételek kombinációja túlmutat a pusztán alkalmi konfliktusokon. Általában **fizikai és/vagy verbális agresszió, illetve kapcsolati bántalmazás** (pl. kiközösítés) formájában jelentkezik. A bullying fogalmába beletartozhat az áldozat csúfolása, rosszindulatú pletykák terjesztése, tulajdonának megrongálása éppúgy, mint a verés vagy akár szexuális erőszak.

2. Mi az összefüggés az előítéletek és a bullying között?

Erős a korreláció az előítéletek és a bullying között. Bár áldozat bárki lehet, a zaklatók célpontjai gyakran marginalizálódott, sérülékeny csoporthoz tartoznak valamilyen tulajdonságuk (például etnikai hovatartozásuk, bevándorló státuszuk, szexuális irányultságuk, vallásuk, nemi önkifejezésük vagy identitásuk, esetleg testalkatuk) miatt, ami felé társaik előítéletekkel fordulnak.

Több kutatás készült, ami ezt az összefüggést bizonyította – például az Arizonai Egyetem kutatója, Stephen T. Russel azt találta, hogy a kaliforniai középiskolások 40%-át zaklatták az iskolában társaik a megelőző évben, s az incidensek elemzésekor kiderült, hogy a zaklatási esetek 75%-ában valamilyen típusú előítélet főszerepet játszott.

A hazai kutatások közül az egyik legfrissebb (2017-es), LMBTI diákok körében készült felmérésből az derül ki, hogy a válaszadók 82%-át zaklatták szóban, 32%-át fizikailag (pl. lökdösték vagy leszorították), 19%-ukat pedig bántalmazták (megütötték, megrúgták

vagy megsebesítették) valamilyen személyes tulajdonságuk miatt, ami iránt a társaik elutasítóak voltak.

Társadalmilag hátrányos helyzetük miatt a kisebbséghez tartozó diákok többségi társaiknál gyakrabban válnak iskolai zaklatás áldozatává.

3. Hallani olyan véleményt, ami szerint a bullying nem komoly dolog; a gyerekek már csak ilyenek, kinövik. Igaz ez?

Ez egy veszélyes tévhit – hiszen ahol a zaklatást nem veszik komolyan és bagatelizálják, ott az áldozatok is saját magukat hibáztathatják, nem mernek segítséget kérni, és a társaik is kisebb eséllyel támogatják őket.

A zaklatás minden esetben komoly lelki kárt okoz, vezethet például depresszióhoz, iskolakerüléshez, a tanulmányi eredmények romlásához, droghasználathoz.

Akiket zaklatnak, nehezebben alakítanak ki társas kapcsolatokat, gyakran elszigetelődnek a kortárs csoportban, pszichoszomatikus tüneteket is mutathatnak. Előfordul, hogy a zaklatás miatt nem mernek iskolába menni, emiatt rosszabb eredményeket érnek el és olykor teljesen kimaradnak az iskolából.

Nemzetközi kutatások szerint **a zaklatóknak sem könnyű interperszonális kapcsolatokat létesíteniük.** Sok esetben előfordul, például tekintélyelvűen működő intézményekben, elnyomó iskolai légkörben, hogy a kortárs csoport támogatja a zaklató viselkedést. Ilyenkor rögzülhet a rossz minta, és ha a zaklató nem tanul meg konstruktív és egyenrangú kapcsolatokat kialakítani, a saját és mások érzéseit értelmezni, a feszültségek okát felismerni, és a konfliktusokat (nem erővel) kezelni, nagy esély van rá, hogy felnőttként nem fog tudni megfelelően boldogulni a munkahelyén, illetve más közösségekben.

A zaklatásos esetek azokra is negatív hatással vannak, akik passzív jelenlevőként tanúik az incidensnek. A szemlélők lelkiismeretfurdalást és tehetetlenséget éreznek amiatt, hogy nem mernek se közbelépni, se jelenteni a történeteket. Ennél is rosszabb eset, és súlyos büntudatot okoz, amikor a passzív jelenlevőt az erőszakoskodó diákok kényszerítik, hogy maga is szálljon be a zaklatásba. Sok tanuló úgy küzd meg a rossz érzéssel, hogy az áldozatot okolja a történetekért, megnyugtatja magát, hogy valójában megérdemelte a dolgot. Ráadásul egy-egy ilyen eset után sok diák úgy érzi, hogy „ciki”

lenne, és a jó hírért veszélyeztetné, ha a megszegyenült és kirekesztett pozícióba került áldozattal barátkozna, ezért elfordul tőle.

A zaklatás általánosságban ellenséges, kellemetlen légkört teremt mindenki számára, ahol bárki retteghet attól, hogy megbélyegzik, kiközösítik.

4. Mi a leghatásosabb eszköz a bullying ellen?

A megelőzés. Egy befogadó iskolai környezet, ami támogat minden diákot, és érték-ként kezeli a sokszínűséget, erősíti a diákok közti összetartást és tiszteletet, illetve visszatartja őket a zaklatástól. Mindenkinek – köztük a tanároknak, a vezetőségnek, adminisztratív dolgozóknak, büfés és menzai dolgozóknak, portásoknak, szülőknek, gondviselőknek és diákoknak – szerepe van a az iskolai légkör kialakításában, és a bullying-ellenes kultúrát az osztálytermektől az öltözőkön keresztül, a folyosókon át az étkezdéig mindenhol képviselni kell.

Ez persze hosszú távú munka, és nagymértékű elköteleződést és erőfeszítést kíván. *A lehetséges módszerekről a 6. részben felsorolt irodalmak között is lehet tájékozódni.*

5. Honnan tudhatom, ha a diákok érintettek bullyingban?

Csak mert nem vagyunk szemtanúi egyértelműen zaklatásnak minősülő jelenetnek, ez nem jelenti azt, hogy nem történik ilyesmi az iskolánkban. A bullying gyakran akkor történik, amikor nincsenek jelen felnőttek. Az egyetlen módja annak, hogy megbizonyosodjunk arról, hogy az iskolánk épp olyan befogadó környezetet biztosít, amilyenre szüksége van a diákoknak, ha rendszeresen és részletesen odafigyelünk az intézményi légkör különböző összetevőire. Ez azt is jelenti, hogy biztosítjuk azt, hogy a gyerekek tudjanak róla, hogyan kell felismerni a zaklatást, beszéljenek róla, és ehhez eléggé biztonságban is érezzék magukat. Néha csupán csak arra van szükség, hogy feltegyük a megfelelő kérdést, vagy hogy tudassuk magunkról, hogy a diákok beszélhetnek velünk. Szintén fontos, hogy észben tartsuk, nem minden bullying-eset ugyanolyan. A nehezebben észrevehető jelenségek – mint a pletykák terjesztése vagy a barátok közötti kiközösítés – is minősülhetnek bullyingnak. A gyerekek sokszor nem is tudják nevén nevezni a zaklatást, amit átélnek. Más kifejezésekből (pl. „piszkál”, „vegzál”, „csesztet”, esetleg „szórakozik velem”) lehet sejteni, hogy ez történik.

A diák lehet, hogy bullying áldozata, ha:

- ziláltnak indul el az iskolából, esetleg úgy érkezik meg – a ruhái vagy a tanszerei bekoszolódtak, elszakadtak, esetleg hiányoznak;
- vágások, horzsolások, zúzódások vannak a testén;
- magányos, kevés barátja van, vagy hirtelen eltűnnek mellőle azok, akikkel együtt szokott lenni;
- ijedtnak látszik az iskolában vagy ha épp kilép onnan, illetve szorongónak tűnik az iskola által szervezett programokon a társai közt;
- veszített a tanulással kapcsolatos motivációjából, vagy hirtelen romlott a tanulmányi teljesítménye;
- szomorúnak, ingerlékenynek, levertnek látszik, szeme kisírttnak tűnik;
- gyakran panaszkodik fejfájásról, illetve más tünetekről; vagy
- elkerüli a büfét, ebédlőt, és/vagy nem eszik.

Az iskolai légkör feltérképezéséhez a Sokszínűség Oktatási Munkacsoport honlapján is talál tippeket: <http://sokszinusegoktatas.hu/hirek/nalunk-mindenki-jobban-van-masikkal>

6. Kiket veszélyeztet leginkább a bullying?

Bármelyik diák lehet bántalmazás, zaklatás célpontja, de bizonyos fiataloknál magasabb ennek kockázata. Érdemes különösen figyelni arra a diákra,

- akit a társai „másnak” láthatnak, például ha túlsúlyos vagy túl sovány, szokatlanul öltözködik, viselkedik, más nemzetiségű, bőrszínű, vallású, fogyatékossgal él, vagy nem engedheti meg magának a többiek által menőnek tartott tárgyakat, ruhákat, LGBTQI személy, stb.;
- aki gyengének tűnik, vagy olyan, aki nem tudja megvédeni magát;
- aki lehangolt, ideges, vagy alacsony az önbizalma;
- aki kevésbé népszerű, vagy úgy tűnik, nincsenek barátai;
- aki nem jön ki jól a társaival, a többiek idegesítőnek vagy provokatívnak látják.

7. Honnan tudhatom, hogy valaki igazat mond-e arról, hogy bullying érte?

A gyerekek általában félnek és ódzkodnak attól, hogy jelentsék a zaklatást – kínosnak érezhetik bevallani, hogy áldozattá váltak, azt is hihetik, hogy az ő hibájuk, hogy túl gyengék. Félfelhetnek attól is, hogy ha jelentik a zaklatást, az csak még több figyelmet irányít a helyzetükre, és ezzel a bullying is fokozódni fog. **Ennek fényében ha egy gyerek azt mondja, zaklatják, higgyünk neki.**

8. Hogyan lehet kezelni, ha egy diák zaklató viselkedése vallásos hitén alapul?

Mindenfajta viselkedés, amire igaz a bullying fenti meghatározása, zaklatásnak, illetve bántalmazásnak minősül, még ha az elkövető vallásos meggyőződést társít is hozzá. **Mindenkinek joga van a biztonságos, elfogadó és támogató környezetben való tanulásához. Ez egyetlen vallási doktrínával sem ütközik.**

9. Ha tudomásomra jut a bullying, hogyan tudom megállítani?

Az első fontos lépés, hogy ismerjük a saját iskolánk bullying-ellenes szabályzatát, ha van. Ha nincs, vagy ha van is, az túl általános, érdemes más iskola szabályzatát megnézni, vagy külföldi szabályzatokat keresni – és ezek alapján elkészíteni a saját iskolánkét.

Szintén nagyon fontos a megoldás folyamata során, hogy a zaklató viselkedését minősítsük, ne magát a személyét. Soha ne címkézzünk egy gyereket bántalmazónak, zaklatónak, rossznak, gonosznak. A bullying egy cselekedet, nem pedig maga az ember. A viselkedés változhat; ráadásul az, aki az egyik helyzetben zaklatóként viselkedik, lehet, hogy egy másikban, amiről mi nem tudunk, áldozat. Ha az iskolai zaklatást konstruktívan és minden érintettel együttműködve kezeljük, lehetséges egyszerre támogatni az áldozatot, és jó hatással lenni a zaklató gyerek viselkedésére. Különbféle megoldási lehetőségekről és jó gyakorlatokról többek között az *Útmutató az előítéletes alapú iskolai zaklatás megelőzéséhez* című anyagban lehet olvasni (ld. a 6. részben).

10. Milyen szerepük lehet a diákoknak a bullying megelőzésében és megoldásában?

Mivel az iskolai zaklatás gyakran olyankor történik, amikor nincsenek jelen felnőttek, különösen fontos, hogy a diákok képesnek érezzék magukat arra, hogy kiálljanak a bullying vagy az előítéletes nyelvhasználat ellen. Több program, gyakorlat is van, ami kifejezetten a szemlélő diákok támogató hozzáállásának kialakítását célozza meg.

A diákokkal ezenkívül meg kell ismertetni az iskola bullying-ellenes szabályzatát (ha van ilyen), ami lehetőleg azt is tartalmazza, hogyan és kinek lehet jelenteni a zaklatást. A gyerekek véleményének felbecsülhetetlen értéke lehet magának a szabályzatnak a létrehozásában vagy továbbfejlesztésében is. Ha a diákok képviselői is jelen vannak a kapcsolódó megbeszéléseken, esetleg bullyingra vonatkozó kérdőívek kitöltésével járulnak hozzá a munkához, az iskolavezetés és a tanárok számára kiemelkedően hasznos lehet a diákok perspektívájának megismerése.

11. Az iskolám szeretné kiegészíteni a bullying-ellenes szabályzatát a homofób megnyilvánulásokra vonatkozó részekkel is. Miért részesítsünk kiemelt védelemben egyes csoportokat? A zaklatás az zaklatás, nem?

Azok a diákok, akik a társaik szemében valamiért különbözőek, másoknál inkább veszélyeztetettek. Épp ezért a gyerekek bizonyos csoportjai – például az LGBTQI diákok, a speciális nevelési igényű tanulók, a nem magyar anyanyelvűek, a romák, stb. – esetében nagyobb a statisztikai valószínűsége az áldozattá válásnak. Ha az iskola a szabályzatban külön megemlíti és elismeri ezeket a csoportokat (mind a létezésüket, mind a nekik járó egyenlő jogokat), illetve specifikus támogatást nyújt nekik, azzal elősegítheti a befogadó légkör kialakulását, és enyhítheti a bullying kockázatát.

12. A diákok a digitális kommunikáció és a közösségi média világában élnek. Hogyan lehet elkerülni, hogy cyberbullying áldozatává váljanak?

Lehetetlen vállalkozás lenne egy tanár számára, ha a diákjai összes tweet-jét, Facebook posztját, Instagram bejegyzését követni szeretné, ám minden iskolai dolgozó felelőssége, hogy megpróbáljon lépést tartani azzal a digitális világgal, amiben a fiatalok élnek. Ebbe beletartozhat például, hogy évente felméri az iskolai légkört a közösségi média használatával kapcsolatban. Érdemes beszélgetni a diákokkal az online kommunikációról, tanulni tőlük, és közben képviselni ugyanazokat a befogadó értékeket, amiket a folyosói és osztálytermi kommunikációval kapcsolatban.

13. Nem lehet bízni abban, hogy ha hagyjuk, a gyerekek megtanulják maguk megoldani a helyzetet?

Ahogy a társadalom nem várja el más bántalmazott áldozatoktól se (például a családon belül bántalmazott gyerekektől), hogy maguk oldják meg a problémát, a bullying áldozataitól sem várhatjuk ezt el. A felnőtteknek fontos szerepe van az iskolai zaklatás megállításában.

14. Miért nem megoldás az, ha az áldozatot más osztályba vagy más iskolába iratjuk át?

Ha az áldozatot kényszerítjük arra, hogy változzon, változtasson, azzal lényegében a zaklatást elszenvetőt büntetjük meg ahelyett, hogy a valódi problémával foglalkoznánk – egy gyerek egy másik gyerekekkel szemben tanúsított viselkedésével. Ez a megközelítés – ahogyan például az is, ha egy LGBTI diáknak azt tanácsoljuk, hogy öltözködjön, viselkedjen másképp, hogy elkerülje a zaklatást – bántó, káros és hatástalan.

Ráadásul a zaklatás az áldozat távozása után más osztálytársat vehet célba. (Ugyanez a helyzet, ha a zaklatót helyezik át más közösségbe.) Sokkal hatásosabb (és persze nehezebb) megoldás, ha személyesen a történetek szereplőivel próbáljuk megbeszélni és megoldani a történeteket, illetve átadni azt az üzenetet, hogy a zaklatás nem elfogadható, és tovább munkálkodni a befogadó iskolai légkör kialakításán, hogy megelőzzük a hasonló eseteket.

15. Szükséges-e a zéró tolerancia és a súlyos büntetés a bullyinggal kapcsolatban?

A zéró toleranciát, és súlyos büntetéseket hirdető szabályzatok a legtöbb esetben nem bizonyultak hatásosnak a helytelen viselkedési formák kezelésében, így a bullyinggal kapcsolatban sem, ráadásul súlyos következményekkel járhatnak, mint például az iskolaelhagyás, illetve a bűnelkövetővé válás. A tapasztalatok szerint sokkal hatékonyabbak a pozitív viselkedési formákat megerősítő intézkedések.

Forrás: Bullying Basics – <https://www.tolerance.org/professional-development/bullying-basics>



5. SOM partnerek

5.1. Oktatási programok, szervezetek meghívható foglalkozásokkal

Amnesty International Magyarország – <https://oktatas.amnesty.hu/>

Az Amnesty International olyan emberek nemzetközi mozgalma, akik kiállnak az igazságtalanságok ellen, és egy olyan világerért kampányolnak, ahol mindenki jogai érvényesülnek. A mozgalom mindenfajta politikai ideológiától, gazdasági vagy vallásos érdekektől független, s minden emberi jogi problémával kapcsolatban szót emel és fellép.

Az Amnesty magyarországi egyesülete amellet, hogy bekapcsolódik a nemzetközi kampányokba és a hazai ügyekkel foglalkozik, emberi jogi oktatást is végez általános és középiskolások körében. Többféle emberi jogi témában tart játékos, elgondolkodtató, interaktív órákat, és minden évben megrendezi az Összpont nevű, középiskolásoknak szóló, márciustól májusig tartó versenyt. Mindezeket ingyenesen vehetnek részt az osztályok, diákcsoportok.

Haver Informális Zsidó Oktatási Alapítvány – <http://haver.hu/>

A Haver Alapítvány önkéntes oktatóstábja **elsősorban középiskolásoknak és egyetemistáknak tart interaktív órákat informális oktatási eszközökkel a zsidóság témájában.** Foglalkozásaik olyan specifikus témákra épülnek mint a zsidó identitás, zsidó kultúra és tradíció, zsidó történelem, holokauszt, zsidó vallás és közösségek.

Az Alapítvány központi értéke a világ sokszínűségébe és a minden embernek kijáró tiszteletbe vetett hit. Oktatási anyagaikkal, foglalkozásaikkal mindig a párbeszéd megteremtésére és elősegítésére törekcsenek, valamint arra, hogy a résztvevők szabadon oszthassák meg a vallás és a kultúra területén szerzett tapasztalataikat, élményeiket, ezzel is hozzájárulva a sokszínűség mint összetársadalmi érték átéléséhez és elsajátításához.

Melegség és Megismerés – <http://melegsegesmegismeres.hu/>

A 2000-ben létrejött Melegség és Megismerés program a Labrisz Leszbikus Egyesület és a Szimpozion Egyesület közreműködésével működik. Legfőképpen iskolában tartanak **LMBTQ témájú érzékenyítő foglalkozásokat, beszélgetéseket**. A 45-90 perces beszélgetéseket két, előzetes képzésben részt vett, LMBTQ identitású önkéntes vezeti. 2007 óta egyetemekre, főiskolákra is meghívják a programot, főleg tanárképző, pedagógia, szociális munkás, pszichológia szakokra, s az utóbbi években cégeknek is tartottak foglalkozásokat. Személyes történeteken keresztül igyekeznek bemutatni LMBTQ személyeket hitelesen, érzéseikkel, gondolataikkal, problémáikkal együtt. A történeteket kiegészítő érzékenyítő gyakorlatok (beszélgetés, vita, filmrészletek, szerepjátékok, kiscsoportos feladatok) is előkerülnek az órákon.

UCCU Roma Informális Oktatási Alapítvány – <http://www.uccualapitvany.hu/>
és www.uccusetak.hu

Az Alapítvány küldetése, hogy lehetőségeket teremtsen a roma és nem roma fiatalok közti párbeszédre. Céljuk, hogy csökkentsék a társadalomban a romákkal kapcsolatos tévhiteket és előítéleteket, hogy egy befogadóbb és nyitottabb világban élhessünk. Programjuk kiindulópontja az a gondolat, hogy az elfogadás hiánya leggyakrabban az ismeretek hiányából ered. Magyarországon a cigányellenes emberek jelentős része nem is igazán ismeri azokat, akiket elutasít. **Tevékenységük legfontosabb része, hogy interaktív foglalkozásokat tartanak, illetve sétákat vezetnek a nyolcadik kerületben.**

5.2. Szakemberek és gyerekek támogatása

Békés Iskolák – <http://www.bekesiskolak.hu/>

A módszer a Stuart W. Twemlow (pszichiáter) és Frank C. Sacco (pszichológus) szerzőpáros negyven éves kutató- és terepmunkáján alapul, és **hosszú távú megoldást jelenthet a zaklatás megelőzésére, illetve az iskolai konfliktusok békés rendezésének elsajátítására.**

A szemlélet lényege, hogy az iskolában keletkező agresszív megnyilvánulásokat és bántalmazást az iskola légköréből, az egész iskolára kiterjedő kapcsolati rendszerek sajátosságaiból vezeti le. **Eszerint a bántalmazás megjelenéséhez a közösségben három dolog kell: bántalmazó, áldozat és szemlélők. A program nagy jelentőséget tulajdonít**

a szemlélőknek, akik magatartásukkal felerősíthetik, de akár meg is akadályozhatják a zaklatást.

A program tehát alapvetően a közösség szemléletét, az ott rejlő passzivitást igyekszik megváltoztatni. Az adott intézmény egyedi problémáit tárja fel és ad rá a belső erőforrásoknak és igényeknek megfelelő választ, elsősorban az intézményben dolgozók aktív és kreatív részvételére építve.

EJHA Emberi Jogi Nevelők Hálózata – <http://ejha-halozat.hu/>

A hálózat tagjai az emberi jogok érvényesüléséért tenni akaró, az oktatás/nevelés területén aktív magánszemélyek. Országos szinten szeretnék elérni, összekötni és támogatni az emberi jogok érvényesüléséért tenni akaró és az oktatás és nevelés területén aktív személyeket – pedagógusokat, képzőket, ifjúságsegítőket, aktivistákat, kutatókat, diákokat, civil szervezetek képviselőit stb. –, és rajtuk keresztül általában az egész magyar társadalmat, kiemelten a gyerekeket és fiatalokat.

Hintalovon Gyermejjogi Alapítvány – <https://hintalovon.hu/hu>

A Hintalovon Gyermejjogi Alapítvány küldetése a Magyarországon élő gyerekek jogainak érvényesítése és támogatása. Céljuk, hogy a felnőtt társadalom minél szélesebb körben vállaljon felelősséget és tegyen a gyerekek kiegyensúlyozott fejlődéséért. Azért dolgoznak, hogy a felnőttek az élet minden területén vegyék figyelembe a gyerekek jogait, érdekeit, szempontjait, s hogy Magyarország jobb hely legyen a gyerekek számára. Tartanak képzéseket, készítenek esettanulmányokat és gyermejjogi jelentéseket, valamint ők alkották meg a **Yelon nevű szexedukációs portált és szolgáltatást** (www.yelon.hu), amihez chat és mobilalkalmazás is tartozik.

Kék Vonal Gyermejjogi Alapítvány – <https://www.kek-vonal.hu>

Az Alapítvány 25 éve vallott missziója szerint a gyerekeket meg kell hallgatni, és a felnőtteket segíteni kell abban, hogy erre képesek legyenek. Ingyenesen elérhető 116 111-es Lelkiségegy vonalukon várják a gyerekek hívásait, mely Internet Helpline-ként is működik. A 116 000-s telefonszámon elérhető Segélyvonal a Bántalmazott és Eltűnt Gyerekekért pedig szülők, tanárok, felelős felnőttek hívását várja. Iskolai Prevenációs Programjuk keretében szolgáltatásairól, bullyingról, internetbiztonságról és párkapcsolatokról tartanak foglalkozásokat budapesti és a főváros környéki iskolákban. Ezen kívül kortárs segítő programjuk is van, valamint képzéseket is tartanak gyerekekkel

foglalkozó szakembereknek. Iskolai Prevenációs Programjaikról az info@kek-vonal.hu email címen lehet érdeklődni.

MONDO – a TASZ gyermekjogi projektje – <http://mondo.tasz.hu/>

A MONDO egy komplex program, amelynek célja a fogyatékkal élő és ép gyerekek jogtudatosítása. A program története egy kártyajátékkal indult, amit eredetileg fogyatékossgal élő, intézetekben élő gyerekek számára fejlesztett ki a Társaság a Szabadságjogokért (TASZ), valamint a sérült gyermekeket nevelő Csillagház Általános Iskola. A fogyatékos személyek ugyanis kiszolgáltatottabbak lehetnek a fizikai és lelki bántalmazásnak, illetve annak, hogy korlátozzák jogaikat és nem engedik őket dönteni életük alapvető kérdéseiben. Az iskolában még tanulhatnak erről. A nekik szóló kártyajáték koncepciójának kialakításakor viszont egyértelművé vált, hogy bizonyos helyzetek felismerése minden gyerek számára esszenciális, azért, hogy felismerjék, ha jogsérelem éri őket, és meg tudják magukat (esetleg társaikat) védeni ezekben a szituációkban.

5.3. Érdekvédelem

Magyar LGBT Szövetség – <http://lmbtszovetseg.hu/>

A Magyar LGBT Szövetség a Magyarországon működő lesbikus, meleg, biszexuális és transznemű szervezeteket összefogó ernyőszervezet. Célja, hogy elősegítse az LGBT szervezetek közötti kommunikációt és megteremtse az együttműködés és közös fellépés kereteit. Legfontosabb tevékenysége a politikai döntéshozók befolyásolása a diszkriminatív jogszabályok eltörlése és az LGBT emberek szempontjaira érzékeny közpolitikák kialakítása érdekében. Emellett rendszeresen tájékoztatja a közvéleményt, kiadványokat jelentet meg, kutatásokat, képzéseket és kampányokat folytat.

Háttér Társaság – <http://hatter.hu/>

Magyarország legnagyobb és legrégebb jelenleg is működő lesbikus, meleg, biszexuális, transznemű, queer és interszexuális (LGBTQI) civil szervezete. Célja a szakmai és politikai közvélemény, valamint a tágabb társadalom figyelmének felhívása az LGBTQI emberek problémáira; az őket segítő szolgáltatások működtetése; az LGBTQI emberek társadalmi helyzetének, szükségleteinek megismerése; ezen szempontok érvényesítése

a közszolgáltatásokban; az LGBTQI emberek jogainak védelme, hátrányos megkülönböztetésük elleni fellépés; jólétük, egészségtudatosságuk növelése; az LGBTQI közösségek önszerveződésének támogatása. **Jogsegélyszolgálatához rendszeresen fordulnak diákok és pedagógusok; 2017-es iskolai környezet kutatása minden korábbinál részletesebb képet ad az LGBTQI diákok iskolai tapasztalatairól. 2019-ben iskolapszichológusok számára tart képzést az iskolai előítéletes zaklatásról.**

Önállóan lakni – közösségben élni – <https://onalloanlakni.blog.hu/>

Az Önállóan lakni – közösségben élni csoportot egy részvételi akciókutatás hozta össze – egy olyan kutatás, amiben az érintett, mozgáskorlátozott résztvevők kutatóként tárták fel a mozgáskorlátozottak közlekedési, lakhatási, helyzetét, szükségleteit, problémáit – , amely olyan jól sikerült, hogy 2017 októberében érdekvédelmi csoporttá alakultak, s azóta ilyen formában munkálkodnak azért, hogy minden mozgássérült ember szabadon eldönthesse, hol és hogyan szeretne élni. Azért (is) különlegesek, mert úgy küzdenek azért, hogy javuljanak a mozgáskorlátozott emberek önálló életvitelének feltételei, hogy közben szélesebb rétegeket szeretnének megszólítani, és változatos módokon igyekeznek bemutatni magukat, és ügyeiket. Folyamatosan lehet hozzájuk csatlakozni tagként és önkéntesként is.



6. Ajánlott olvasmányok, linkek – nemcsak a Sokszínűség Hetére

Béres-Deák – Bognár – Boros – Daróczi – Dombos – Liska – Majoros: Útmutató az előítéletes alapú iskolai zaklatás megelőzéséhez és kezeléséhez. A Háttér Társaság, a Romaversitas Alapítvány, a Társaság a Szabadságjogokért és a Tett és Védelem Alapítvány kiadványa. Budapest, 2016.

http://iskolaizaklatas.hu/sites/default/files/iskolaizaklatas_utmutato.pdf

Maria Emília Brederode-Santos – Jo Claeys – Rania Fazah – Annette Schneider – Szelényi Zsuzsanna: Kiskompassz – Kézikönyv a gyermekek emberi jogi neveléséhez, FSZH – Mobilitás Országos Ifjúsági Szolgálat, 2009.

<https://rm.coe.int/2009-compasito-hu-with-cover/168075abf6>

Az Emberi Jogi Nevelők Hálózatának 2018-as gyorsjelentése:

<http://ejha-halozat.hu/index.php/2018/09/25/elkeszult-az-emberi-jogi-neveles-2018-gyorsjelentese/>

A Keep Calm & Stop Hate Speech elnevezésű projekt feladatgyűjteménye:

https://szubjektiv.org/wp-content/uploads/2017/07/StopHateSpeech-feladatgyujtemeny_teljes_ve%C3%81gleges.pdf

LMBT érzékenyítő képzés, oktatási anyag, Háttér Társaság, 2010.

<http://melegsegmegismeres.hu/wp-content/uploads/2018/06/lmbt-erzekenyito-kepzes-oktatas.pdf>

Oktatási segédlet a zsidó és roma közösségekről, a Haver Informális Zsidó Oktatási Alapítvány és az Uccu Roma Informális Oktatási Alapítvány kiadványa:

http://zsidosag.haver.hu/wp-content/uploads/2018/06/HAYER_UCCU_glosszarium.pdf

Bárbara Oliveira – Jana Ondráčková – Alessio Surian – Olena Suslova: KOMPASZ – Kézikönyv a fiatalok emberi jogi képzéséhez, Unesco, GYISM Mobilitás, 2004.

https://www.sos.hu/wp-content/uploads/sites/6/2018/01/Kompasz_Kezikonyv_a_fiatalok_emberi_jogi_kepzesehez.pdf

Rédai Dorottya – Kövesi Györgyi: Még mindig tabu? LMBT személyek az iskolában – oktatási segédanyag, Labrisz Leszbikus Egyesület, Budapest, 2018.

https://labrisz.hu/content/_common/attachments/file18.pdf

Tanári kézikönyv a Holokauszt témájának feldolgozásához:

<http://docplayer.hu/819359-Megkezelitesek-tanari-kezikonyv-a-holokauszt-temakorenek-feldolgozasahoz.html>

A Sokszínűség Oktatási Munkacsoport honlapja

<http://sokszinusegoktatas.hu/>

Amnesty International Magyarország, oktatási segédletek:

<https://www.amnesty.hu/emberi-jogi-oktatas/oktatasi-segedletek>

Az EJHA Facebook-csoportja:

<https://www.facebook.com/groups/1818279191718902/>

Kisfilmek, videók:

LMBTQI témájú kisfilmek

A Háttér társaság LMBTQI a gyerekeim című kisfilmje

https://film.indavideo.hu/video/f_ahattertarsasagdokumentumfilmjeszuloeknek

A Melegség és Megismerés animációs filmje

<https://www.youtube.com/watch?v=VycK5daEEGE>

Meleg szemmel – Melegként a suliban

<https://www.youtube.com/watch?v=gkOhTKgZN58>

Transznemű vagyok – Egy transz lány vallomása

<https://www.youtube.com/watch?v=wjoD44BFFhI>

Milyen interszexnek lenni? – What it's like to be intersex?

<https://www.facebook.com/watch/?v=10155166382147055>

Amnesty International – Levélíró Maraton kisfilm

<https://www.youtube.com/watch?v=KZSBGQ8gaI0&t=61s>

Hidakat építünk kampányfilm – UCCU és Haver Alapítvány

<https://www.youtube.com/watch?v=a4uQghBXzI0>

Az UCCU Roma Informális Oktatási Alapítvány filmjei

Uccu neki! – Dokumentumfilm az Uccu Roma Informális Oktatási Alapítvány munkájáról, önkénteseiről

<https://www.youtube.com/watch?v=a5nKfsTrUK4>;

https://www.youtube.com/watch?time_continue=263&v=uVpQvxlhxS0 (rövidebb verzió)

Gyere velünk a nyolckerbe!

<https://www.youtube.com/watch?v=Tx3UMSYKvtU>

Állj mellém! – Stand up! – Kisfilm a bullying elleni fellépésről

<https://www.facebook.com/watch/?v=1657428980934925>

Fiatalok az iskolai zaklatásról

Vloggerek videói – a kamaszok körében népszerű vloggerek, youtuberek is foglalkoznak a témával: érdemes meghallgatni, ahogy a saját szavaikkal beszélnek róla. Példák:

Kitti videója („Bántottak az iskolában”):

<https://www.youtube.com/watch?v=LdpPvPygFxl>

Szabi videója („Folyton vertek a suliban”):

https://www.youtube.com/watch?v=w_rhSCM3Z00

„Az ő dolga, ha bántják” – A Hintalovon Alapítvány gyermekjogi követői mesélnek a vitaszínház élményeiről

<https://www.youtube.com/watch?v=14LAeleW1PY>



**MAGYAR
LMBT
SZÖVETSÉG**

Szerkesztette: Tihanyi Katalin

Kiadja a Magyar LMBT Szövetség, 2019. január

További példányok megrendelhetők a Magyar LMBT Szövetségnél.

Telefon: (1) 6 333 302

Fax: (1) 6 333 303

E-mail: info@lmbtszovetseg.hu



Ez a kiadvány az „Itt vagyunk! Az LMBTQI emberek magyarországi társadalmi elfogadásának növelése közösségi megerősítés és szemléletformálás útján” c. projekt része, amely az Európai Unió Jogok, egyenlőség és polgárság programja (2014–2020) támogatásával valósul meg. A kiadványban foglalt tartalomért kizárólag annak szerzői tartoznak felelősséggel, és nem feltétlenül tükrözi az Európai Bizottság álláspontját.



Mivel az LMBTQI emberek érdekeinek érvényesítéséért, együttműködésük elősegítéséért és társadalmi elfogadásukért végzett munkánkat részben az Európai Unió és más külföldi szervezetek támogatják, a 2017. évi LXXVI. törvény alapján egyesületünk külföldről támogatott szervezetnek minősül.

ISBN 978-615-80676-2-1