

SZOCIÁLIS ÉS GYERMEKVÉDELMI FŐIGAZGATÓSÁG

KONSTRUKTÍV

AGRESSZIÓ- ÉS BULLYINGKEZELÉS

A GYERMEKVÉDELMI SZAKELLÁTÁSBAN

KONSTRUKTÍV AGRESSZIÓ- ÉS BULLYINGKEZELÉS A GYERMEKVÉDELMI SZAKELLÁTÁSBAN

OKTATÓI SEGÉDANYAG

Szerzők

Dr. Homoki Andrea

Cs. Ferenczi Szilvia

Dr. Csákvári Judit

A szöveggondozásban közreműködött

Katona Dóra

Seres Ildikó

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 Szociális humán erőforrás fejlesztése kiemelt projekt

Az EFOP-3.8.2-16-2016-00001 kiemelt projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.



A kiadvány a Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság

EFOP-3.8.2-16-2016-00001 számú

Szociális humán erőforrás fejlesztése című kiemelt projekt

keretében készült

Kiadja Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság

1132 Budapest, Visegrádi utca 49.

Telefon: +36 1 769 1704

www.szgyf.gov.hu

Felelős kiadó Bátori Zsolt főigazgató

Budapest, 2017

Tartalom

Bevezetés 6
Első képzési nap 8
Bemutatkozás, a képzés indítása 8
1. Gyerekek a gyermekvédelmi szakellátásban – rendszerszemlélet és szükségletorientáció a gyakorlatban 8
1.1 A gyermekek jogai 8
1.2 A mérgező stresszt, traumát átélt gyermekek jellemzői 9
1.3 Kihívást jelentő viselkedések 10
Második képzési nap 12
2. A düh, agresszió, bullying mechanizmusai, jellemzői 12
2.1. A düh és az agresszió 12
2.2. Krónikus agresszió 12
2.3. Bullying 13
3. Az agresszív viselkedés kezelése 14
3.1 Fegyelmezés, büntetés 14
Harmadik képzési nap 16
3.2 A konstruktív agressziókezelés elemei 16
3.2.1 Szociális készségek fejlesztése 16
3.2.2. Indulatkontroll Tréning 17
3.2.3. Morális Gondolkodás Tréning 18
3.3 A konstruktív agressziókezelés különböző életkorú gyermekeknél 18
Negyedik képzési nap 20
4. A bullying kezelése 20
4.1 Bullying felismerése 20
4.2 A bullying elemzése 21
4.3 Stratégiai gondolkodás 22
4.4 A bullying megelőzése 22
5. Felhasznált irodalom 24
6. Forgatókönyv 28

Bevezetés

A 40 órás szakmai továbbképzés megtartásához az alábbi anyagok állnak rendelkezésre:

1. **Hallgatói tananyag:**
   - A képzési tartalmak elsajátítását támogató szakmai anyag a résztvevők és képzők számára.
   - A képzés témájához kapcsolódó elméleti ismereteket nyújtja.
   - Az adott fejezetben tanultak áttekintését segíti.
   - Az elsajátított ismereteket kérdések mentén is ellenőrizhetővé teszi.
   - Lehetőséget teremt egy-egy téma elmélyültebb tanulmányozására a felhasznált és ajánlott irodalomlista segítségével.

2. **Prezentáció:**
   - A képzés egyes elméleti és gyakorlati elemeinek bemutatását segítő diasorozatok. A prezentáció vetítése segíti a tanfolyam strukturálását, az időkeretek betartását.
   - Az oktatóknak szóló, a diák alatti jegyzetek a gördülékeny tanfolyamvezetést szolgálják.

3. **Oktatói segédanyag:**
   - A képzés megtartását támogató bővebb szakmai és módszertani háttéranyag.
   - A résztvevők felé támasztott követelmények megfogalmazása.
   - A számonkérés értékelési szempontjainak bemutatása.
   - Az egyes témákhoz tartozó diák kijelölése.
   - Része a forgatókönyv, mely a képzés főbb tartalmi elemeit, szerkezetét, időkeretét, eszközeit foglalja össze.

4. **Handoutok, feladatlapok, mellékletek:**
   - A tanfolyamhoz szükséges mellékletek bemutatása.

Ez a dokumentum az Oktatói segédanyag.
A tanfolyam során nem az a cél, hogy a Hallgatói tananyagban található összes elméleti ismeretet elmondja az oktató. A cél az, hogy a felmerülő kérdések, gyakorlatok által az elméleti ismeretanyag azonnal összekacsolódjon a résztvevők mindennapi szakmai munkájával, és elgondolkodtassa őket.

A képzés megtartására való felkészüléshez javasolt lépések:
1. Olvassa át részletesen a képzés megtartásához rendelkezésre álló anyagokat, ismerje meg a képzés kontextusát, célját, tartalmát, lehetséges résztvevőit, időkereteit és a képzés megtartásához szükséges feltételeket.
2. Az Oktatói segédanyagot és a rendelkezésre álló prezentációt párhuzamosan, egymással összhangban érdemes átolvasni, megismerni. Olvassa el a diákon található jegyzeteket, egészítse ki saját gondolataival, tapasztalataival! Szükség esetén érdemes az anyagban hivatkozott szakirodalomból is célzottan tájékozódni.
3. A résztvevők maximális bevonása és a velük való hatékony kommunikáció céljából a képzés megtartása előtt olvassa át a Hallgatói tananyagot is. Ismerje meg, milyen információkhoz jutnak a témából a résztvevők!
4. A képzési feltételek és a forgatókönyv figyelembevételével készüljön fel a képzés megtartására.
5. Gondolja át előre és rögzítse a képzés során bemutatandó példákat.
6. Gondolja végig az időkereteket és a végzendő feladatokat! Fontos hogy mindenre maradjon és jusson idő! Könnyebb lesz ezt átgondolni, miután megismerte a résztvevőket (pl. milyen szakterületről érkeztek, milyen végzettséggel, milyen tapasztalatokkal).
7. Gondolja át a gyakorlatokat! Biztosítsa a tárgyi feltételeket!
8. Gondolja át: a prezentáció vetítését hogyan teszi interaktívvá! Például, amikor már ismeri a résztvevők szakmai tapasztalatát, utalhat ezekre. Ismerve, hogy melyik résztvevő mely területről

érkezett, megkérdezheti, ott mit tapasztalt a téma kapcsán. Ügyeljen arra, hogy a ppt-k vetítése közben nem az a cél, hogy a Hallgatói tananyagot szóról szóra elmondja az oktató. A cél: struktúrát adni, figyelmet felhívni, elméleti ismeretek és gyakorlati tapasztalatok között koherenciát alkotni.

Javaslatok a képzés egyes elemeinek megvalósításához:
Elméleti előadás – fontos, hogy az előadások interaktív jellegűek legyenek, amelynek keretében az oktató folyamatosan visszacsatolást kér az elhangzottakkal kapcsolatosan a résztvevőktől (elsősorban a témához kapcsolódó munkatapasztalataikat illetően), illetve azokra reflektál.
Gyakorlat – a témák feldolgozására irányuló résztvevői gyakorlatok többféle formában (egyéni munka, páros gyakorlat, kiscsoportos feladat, nagycsoportos megbeszélés) a tapasztalati tanulást szolgálják.

Gyakorlati szempontok az oktatási napok hatékony lebonyolításához:
A képzésen résztvevő szakemberek a saját szakmaterületük szakértői, számos képzésen, tanfolyamon, műhelymunkán, stb. vettek már részt, várhatóan nagy elvárásokkal érkeznek a képzésre. Ezek közül a következő öt a legfontosabb:

- A résztvevő szakemberek elvárják, hogy azonnal használható tudást kapjanak, azaz a gyakorlatban alkalmazható információkat adjunk számukra. Tudni akarják, hogyan kapcsolódik az adott tanulási program vagy képzés az aktuális élethelyzetükhöz és munkafeladataikhoz, és hogy hogyan segíti őket a szakmai céljaik elérésében – azaz „mit tudnak ebből használni?”
    - Közvetítsük a résztvevők felé, hogy a gyakorlatok és az elméleti tananyag a résztvevők által alkalmazható lesz majd a valós helyzetekben.
- Elvárják, hogy tiszteljék és partnerként kezeljék őket. Nagyra értékelik, ha a képző tiszteletet mutat az egyén és a tanulási folyamat értékei iránt. Fontos számukra az, hogy a képző építsen a résztvevő szakemberek korábbi, a tanulás szempontjából meghatározó tapasztalataira.
- Elvárják, hogy aktívan részt vehessenek a tanulási folyamatban. A felnőttek kedvelik az aktív tanulást, a kiscsoportos feladatokat, és azokat, amelyek helyváltoztatással járnak. Az aktív részvétel elkötelezetté teszi a résztvevőt a tanulási folyamat iránt és nyitottabbá teszi új koncepciók befogadására.
- Elvárják, hogy a gyakorlatok után azonnali visszajelzéseket kapjanak. Az időben történt helyesbítő visszajelzés sikeres tanulást, a tartalom és a készségek jó elsajátítását eredményezi. A tapintatos visszajelzés segíti a résztvevőt hibáinak kijavításában, és megerősíti a helyes hozzáállást. A felnőtt tanulók a kedves, konstruktív kritikát szeretik. A helyesbítő visszajelzést minden esetben előzze meg egy elismerő, dicsérő visszajelzés.
- Elvárják, hogy a képzés támogató környezetben zajlódjon le.
    - Szólítsunk minden résztvevőt a nevén a képzés ideje alatt.
    - Hallgassuk meg minden résztvevő kérdését és véleményét.
    - Legyünk udvariasak és türelmesek.
    - Biztosítsuk a résztvevőket arról, hogy a hibázások a tanulás részét képezik.
    - Keressünk alkalmat arra, hogy mindenkit megerősítsünk.
    - Bátorítsuk a résztvevőket, hogy segítsék egymást a tanulás során.
- Gondoskodjunk arról, hogy a tanulási környezet a lehető legkényelmesebb legyen.

Első képzési nap

Bemutatkozás, a képzés indítása

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Bemutatkozás, tapasztalatok, motivációk, elvárások • A csoportvezető röviden bemutatkozik, majd megkéri a csoporttagokat, hogy röviden mutatkozzanak be, illetve osszák meg egymással motivációikat, tapasztalataikat, elvárásaikat. Szempontok: ○ név ○ foglalkozási terület ○ klienskör ○ feladatok ○ gyakorlati tapasztalatok ○ előzetes ismeretek ○ a témához kapcsolódó nézetek ○ a képzéssel kapcsolatos motivációk ○ a képzéssel kapcsolatos elvárások • Névismétlő kört teszünk, mindenki elmondja azt a nevet, ahogyan szeretné, ha a csoportban szólítanák. A mellette ülő elmondja az előtte szóló nevét és a sajátját. A harmadik személy értelemszerűen az előző kettő és a saját nevét mondja, és így tovább. **Csoportszabályok** A csoport közösen rögzíti a működéshez szükséges legfőbb csoportszabályokat. **A képzés felépítése, a teljesítés feltételei** • A projekt és a képzés felépítésének ismertetése. • A teljesítés feltételeinek ismertetése. ○ záróteszt teljesítése ○ hiányzásra vonatkozó előírások (maximum az óraszám 10%-a)	- A megadott időkeret tartása fontos! - 20-25 fő esetén kb. egy perc jut mindenkire a bemutatkozás során. - A bemutatkozást gyors névtanulás zárja. - Öntapadós etikettek használhatók a név kitűzésére - Csoportszabályok: ○ Titoktartás ○ Kommunikáció: egyes szám első személy, tisztelet, ítélkezésmentesség ○ Részvétel: aktivitás, önkéntesség ○ Időkeretek: a nap kezdése, zárása, szünetek ○ Technikai kérdések: mobiltelefon-használat, stb. - Érdemes hangsúlyozni, hogy a csoportszabályok a közös munkát, tanulást segítik, a segítő kapcsolatokban gyakran használt szóbeli megállapodásnak számít.

45 perc előadás

1. Gyerekek a gyermekvédelmi szakellátásban – rendszerszemlélet és szükségletorientáció a gyakorlatban

1.1 A gyermekek jogai

SZÜNET

20 perc gyakorlat

Gyakorlat Rendszerezés	**Instrukció az oktatóknak**
- A gyermekvédelmi beavatkozást szükségessé tevő diszfunkciók csoportosítása a humánökológiai rendszer szintjeihez kapcsolódóan - A gyakorlat célja, hogy a képzésben részt vevő szakemberek a már megélt nevelési tapasztalataik alapján értsék meg a rendszerelméleti gondolkodás alapjait.	Handout_1 A természetes támasz funkciói és -diszfunkciói Welch rendszerében – A résztvevők 3-4 fős kiscsoportokban az ismertetett humán ökorendszer szintjeihez gyűjtsenek a hétköznapi munkavégzésük tapasztalataira alapozva példákat a különböző (egyéni-családi-rendszerbeni) diszfunkciókra. – Ezek után a csoportok ismertessék az összegyűjtött példákat, és szükség esetén az oktató segítségével rendeljék a megfelelő rendszerszinthez az eltéréseket.

25 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A gyakorlat célja - hogy a résztvevők szakmai munkájukkal kapcsolatos eseteken keresztül elmélyítsék ismereteiket a gyermeki jogokkal kapcsolatban.	Handout_2 Gyermeki jogok sérülése – Ossza ki a handoutokat. – A résztvevők alkossanak 4-5 fős csoportokat. – Az előadás során rendszerezett gyermeki jogok alapján tárjanak fel egy-egy esetet, amikor szakmai munkájuk során jogsérelemre derült fény. – Határozzák meg, és a handoutba írják fel, hogy milyen gyermeki jogok sérültek, és tüntessék fel a felelősöket. – Nagycsoportban beszéljék meg az eseteket.

45 perc előadás

1.2 A mérgező stresszt, traumát átélt gyermekek jellemzői

SZÜNET

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A családokat és a családtagokat, gyerekeket is érintő destruktív konfliktusok okainak és következményeinek rendszerezésével a humán ökorendszer különböző szintjein feltárulnak a gyermekek boldogulási lehetőségeit elősegítő reziliencia-tényezők, melyek célzott fejlesztésével a nehézségeik és hátrányos szocioökonómiai hátterük ellenére is képessé tehetőek a megküzdésre. A rezilienciadimenziókat tartalmazó sablon kiegészítése, tartalommal való feltöltése	Handout_3 A gyermekvédelemben élők boldogulási esélyeit növelő tényezők rendszere – A kiosztott handout alapján 2-3 fős kiscsoportokban a gyermekvédelmi szakellátásban élő, nehéz élethelyzetben lévő gyermekek boldogulási esélyeit elősegítő tényezők (reziliencia) rendszerezése a humán-ökorendszer szintjeihez történő illesztésével. – A kiscsoportok gyűjtsenek szakmai példákat a gyermekvédelem területéről, amikben tetten érhető a reziliens működés. – A példákat beszéljék meg nagycsoportban. – Mutassa be a **GYIRM-30 kérdőívet**, amely a gyermeki rezilienciát méri. Összesen 150 pontot lehet szerezni. Minél magasabb a pontszám, annál inkább jellemző a reziliens viselkedés a gyermekre.

- Cél a reziliencia fogalmának átbeszélése, megértése, továbbá a Gyermekvédelmi reziliencia kérdőív megismerése	FIGYELEM: Kiértékelés során a fordított állítások pontszámait 6-ból ki kell vonni, akkor kapjuk a helyes pontszámot, amivel számolni kell. – Olvassák át a **GYIRM-30 kérdőív** állításait. Jelöljék a fordított állításokat (vagyis a nem reziliens működés állításait). – A résztvevők egyénileg töltsék ki a handout 3. oldalán található táblázatot (a kérdőív állításának számait írják be az 1. oszlop szerintük megfelelő celláiba). – Milyen lehetőségeket látnak munkájuk során a rájuk bízott gondozottak rezilienciájának erősítésére? Írják be válaszaikat a reziliencia-típusokhoz a handout 3. oldalára (2. oszlop).

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Esetmegbeszélés	**Instrukció az oktatóknak**
- Kiscsoportos munkaformában gyermekvédelmi esetek feldolgozása a handouton megadott szempontok szerint - A gyakorlat célja, hogy a szakemberek képessé váljanak a nem megfelelő családi működés, bántalmazás és egyéb mérgező (toxikus) stresszhatások következményeinek beazonosítására annak érdekében, hogy a nevelési helyzetben adekvátan tudjanak reagálni a felmerülő gyermeki szükségletekre. - Az esetmegbeszélés kitér a jelen helyzetben lévő lehetőségek számbavételére is.	Handout_4 Esetelemzés – traumaátélés következményei - Kiscsoportokban, a handout kiosztása után, dolgozzák fel a handouton szereplő egy-egy esetet az ott megadott kérdések megválaszolásával. - Nagycsoportban beszéljék át a válaszokat.

EBÉDSZÜNET

45 perc előadás

1.3 Kihívást jelentő viselkedések

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A gyakorlat célja a nevelés során kihívást jelentő viselkedésformák megismerése, felismerése annak érdekében, hogy az átélt mérgező stressz következményeként kialakult lelki problémákat a nevelő minél előbb érzékelje, és szükség esetén a szakmaközi együttműködés elve szerint eljárva mielőbb hozzásegítse a gondozott gyermeket a szaksegítséghez (fejlesztő pedagógus, gyermekpszichológus, pszichiáter).	Handout_5 Kihívást jelentő viselkedések (Octoman et al. 2013 alapján) - Ossza ki a handout első lapját. - 3-5 fős kiscsoportok a handouton az előadás és saját szakmai gyakorlatuk alapján gyűjtsék össze azokat a kihívást jelentő viselkedéseket, melyekkel szembesülhetnek a szakmai munka során. - Ossza ki a handout második lapját. - A gyűjtés eredményét vessék össze a lehetséges kihívást jelentő viselkedések listájával. - Nagycsoportos megbeszélés során tárják fel a leggyakrabban előforduló viselkedésproblémák hátterében álló okokat és a lehetséges preventív-, ill. kezelési lehetőségeket, mutassák be az általuk alkalmazott megoldási módokat.

SZÜNET

45 perc előadás
Kihívást jelentő viselkedések (folytatás)

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
Páros gyakorlat a kihívást jelentő viselkedések előzmény–következmény és gyakoriság–súlyosság jellemzőinek megítélésére.	Handout_6 Vislekedéselemzés – A Handout_5 feladata során összegyűjtött kihívást jelentő viselkedések alapján a résztvevők páros helyzetben elemezzék a konkrét problémaviselkedést az ABC modell (előzmény–viselkedés–következmény) és a gyakoriság–súlyosság mátrix alapján, vagyis töltsék ki a Handout_6-ot. – Minden páros munkájába kapcsolódjon be pár percig.

A nap tanulságainak rövid összefoglalása

Gyakorlat	**Instrukciók az oktatónak**
- A csoporttagok egyesével egy mondatban elmondják: hogyan érezték magukat, „mit visznek haza” a mai nap tartalmából, milyen érzésekkel távoznak.	- Ügyeljen arra, hogy mindenki megszólaljon, és mindenkinek azonos idő álljon rendelkezésére a véleményalkotáshoz! - Mondjon néhány mondatot, amely segít átvezetni a következő napra: például, miről lesz szó másnap.

Második képzési nap

A nap indítása, hangolódás

Gyakorlat Megérkezés	**Instrukciók az oktatónak**
Ki mit vár a mai naptól?	- Figyeljen arra, hogy mindenki szóhoz jusson! Egy emberre legfeljebb egy mondatnyi idő jut.

2. A düh, agresszió, bullying mechanizmusai, jellemzői

45 perc előadás

2.1. A düh és az agresszió

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
- A hatékony kezelés érdekében fontos, hogy a szakemberek felismerjék: a düh természetes emberi érzelemként hogyan kapcsolódik az agresszív viselkedéshez a különböző életkorokban. Az agresszív megnyilvánulások hogyan részei a tipikus fejlődésnek, és mik azok a jellemzők, amik beavatkozást tesznek szükségessé. - Ismeretelőhívás, csoportosítás, rendszerezés.	- A képzésen részt vevők 4 csoportot alkotnak: 1. csoport a csecsemő- és kisgyermekkorú, 2. csoport az óvodáskorú, 3. csoport a kisiskolás korú, 4. csoport a serdülő korú gyermekeknél, fiataloknál jellemzően megjelenő agresszív megnyilvánulásokat gyűjti össze. - Ezt követően az egyes csoportok ismertetik az adott életkori csoportra jellemző megnyilvánulási formákat, melyet a hallgatóság tagjai, illetve az oktató szükség szerint kiegészítenek, korrigálnak.

SZÜNET

45 perc előadás

2.2. Krónikus agresszió

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A gyakorlat célja, hogy a résztvevők megismerjék a krónikus agresszió hátterében meghúzódó tényezőket, továbbá képessé váljanak arra, hogy elkülönítsék az agresszió kóros és normál megjelenési formáit. További cél, hogy a részt vevő személyek megismerjék azokat a problémaköröket, melyeknek tünete lehet a destruktív, kóros agresszió, és felismerjék azokat a jeleket, melyek esetében szaksegítség bevonására van szükség.	- A résztvevők vegyék elő az előző napi kihívást jelentő viselkedések handout (Handout_5) második lapját. - A kihívást jelentő viselkedések közül válogassák ki azokat a tüneteket, melyek krónikus agresszióra utalnak. - Szituációs gyakorlat során játsszák el a krónikus agressziót mutató gyermek problémájával kapcsolatos konzultációt nevelőszülő, pedagógus, pszichológus, pszichiáter szereppartnerekkel. - A szerepjáték tapasztalatainak összegzése, értékelése, elemzése.

SZÜNET

45 perc előadás

2.3. Bullying

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Mi a bullying?	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat: - ismerteti a bullying jellemzőit és formáit - meghatározza azokat a viselkedésformákat, melyek bullyinggá válhatnak - megérteti az okait, miért nem beszélnek a gyerekek a bullyingról - ismerteti azokat a módszereket, melyek megkönnyítik a bullying jelzését.	Handout _7 Mi a bullying? – Kezdetnek mondjon néhány példát a bullyingra. Kérje meg a résztvevőket, keressenek még példákat (tetteket és szavakat is), olyanokat, melyeket szemtől-szemben (egyenesen) illetve valaki háta mögött (közvetetten) használnak. Írja fel a válaszokat flipchartra. – Magyarázza el, hogy ezek közül ugyan nem mindegyik vezet bullyinghoz, de a gyerekekkel folytatott beszélgetés során el kell mondani, hogy ennek ellenére ezek a viselkedésformák nem elfogadhatók. – Mutassa be a handout 3. oldalán szereplő ábrát (ossza ki ezt az oldalt). Magyarázza el, hogy mikor beszélünk bullyingról. Amikor szándékosan (az elkövető szándéka bántani valakit), többször (ismétlődik) követi el valaki, aki visszaél az erejével (erő egyensúlyhiány). Kérdezze meg a résztvevőket, mit jelent, ha valaki erős. Erősnek lenni jó? Mások bántalmazására is használható az erő? Mondja el, hogy a gyerekeknek tudniuk kell: ha mihamarabb észreveszik a bántó viselkedést, megakadályozhatják a bullyingot. Újra tudatosítsa a résztvevőkben, hogy mindezekről beszélni kell a gyerekekkel. – Kérdezze meg a résztvevőket, hogy szerintük a gyerekek vajon miért nem akarnak a bullyingról beszélni. Gyűjtsenek indokokat, majd – ha szükséges – egészítse ezt ki a handouton szereplő okokkal. – Ossza ki a handoutot, és gyűjtsenek a bullying bejelentését, elmondását megkönnyítő módszereket. Ezek lehetnek a problémát komolyan vevő és a titoktartást erősítő javaslatok is. Vessék össze a handout második oldalán lévő listával. – Beszéljék meg azt is, hogy ezt a gyakorlatot hogyan kell, lehet különböző életkorú gyerekekkel elvégezni.

EBÉDSZÜNET

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Történetcsere	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat abban segít, hogyan kell a gyerekeket mesélésre, a bullyingról való beszélgetésre ösztönözni önfeltárással.	Handout_8 Történetcsere – Mondja el a résztvevőknek, hogy ha majd ezt a gyakorlatot gyermekekkel végzik, akkor ez a gyakorlat: o megtanítja a gyerekeknek, hogy a bullying mindenkit érint, és nincsenek egyedül, o segít megérteni, hogy a bullying elfogadhatatlan, o megalapozza a jövőbeli beszélgetéseket a bullyingról. – Segíthet, ha beszélünk a gyerekekkel a bántalmazásról. A gyerekek sokszor nem szívesen osztják meg tapasztalataikat (az előző gyakorlat során megbeszélték, hogy miért nem). – Ha egy felnőtt mesél saját tapasztalatairól, talán a gyermek is beszélni fog a sajátjáról. – Kérdezze meg a résztvevőktől, hogy emlékeznek-e olyan esetre, amikor rendszeresen csúfolták, megalázták, kiközösítették a többiek? Olyanra, amikor az erősebbek olyasmire kényszerítették, amit nem akartak megtenni? Olyanra, amikor szándékosan bántottak gyengébbeket, vagy tanúja volt hasonló esetnek? Legtöbbünknek voltak ilyen, vagy ehhez hasonló élményei. Ha hasonlóan a legtöbb emberhez, emlékszik ilyesmire, biztos lehet benne, hogy ezek az emlékek egész életében elkísérik. – Kiscsoportokban végezzék el az alábbi feladatsort: o Csoportonként egy résztvevő idézze föl a saját bullying - akár elkövető, akár áldozat vagy szemtanú - történetét. o Mesélje el a többi csoporttagnak, és azt is, mit érzett akkor, és most, felidézve a történteket. o Kérje meg a többieket, hogy aki szeretné, mesélje el saját bullying történetét. o Beszéljék meg, mi mindent éreztek a történetek hatására. – Nagycsoportban beszéljék meg, mire kell különösen odafigyelni, vagy mit kell másképp csinálni, ha ezt a gyakorlatot gyermekekkel végzik el. A feladat végén ossza ki a Történetcsere handoutot.

45 perc előadás

3. Az agresszív viselkedés kezelése

3.1 Fegyelmezés, büntetés

SZÜNET

45 perc előadás - interaktív ismeretfeldolgozás

Interaktív ismeretfeldolgozás Módszerek c. film alapján	**Instrukció az oktatóknak**
A Módszerek című dokumentumfilm alapján a fegyelmezési módszerek hatásának megismerése a gyermekek egyéni teljesítményére és társas viszonyaikra vonatkozóan.	Handout_9 Nevelési módszerek – https://www.youtube.com/watch?v=rMZexNTWRFE – Ossza ki a handoutot. A résztvevők olvassák át a megfigyelési szempontokat. – Nézzék meg együtt a filmet, a résztvevők a szempontsor alapján töltsék ki közben a handoutot. – Nagycsoportban beszéljék át a megfigyelés eredményét, szükség esetén egészítse ki az elhangzottakat.

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
Célravezető nevelői eszköztár elemeinek összegyűjtése: - Hogyan fegyelmezhetünk jól? - Mik a helyesen fegyelmező személy tulajdonságai? - Mit él meg, mit ér el a gyermek a helyes és helytelen fegyelmezési módszerek következtében?	- Mondja el, hogy az agresszió kezelésének egyik fontos eszköze a fegyelmezés, mely során a gyermeket megtanítjuk arra, hogy miként reagáljon társadalmilag elfogadható módon. A nem megfelelő módon alkalmazott fegyelmezés súlyos károkat okoz a gyermeki személyiségfejlődésben, ugyanakkor azt is tudjuk, hogy a fegyelmezés teljes elhagyása, a társadalmi kontroll hiánya is negatívan befolyásolja a gyermek egyéni fejlődését és társas közegekbe való integrációjának folyamatát. - Handout_10 Helyesen vagy helytelenül fegyelmező nevelő - A résztvevők egyénileg töltsék ki a handoutot. - Nagycsoportban beszéljék meg az eredményeket, szükség esetén egészítse ki a válaszokat.

A nap tanulságainak rövid összefoglalása

Gyakorlat	**Instrukciók az oktatónak**
- A csoporttagok egy mondatban egyesével elmondják: hogyan érezték magukat, „mit visznek haza” a mai nap tartalmából, milyen érzésekkel távoznak.	- Ügyeljen arra, hogy mindenki megszólaljon, és mindenkinek azonos idő álljon rendelkezésére a véleményalkotáshoz! - Mondjon néhány mondatot, amely segít átvezetni a következő napra: például, miről lesz szó másnap.

Harmadik képzési nap

A nap indítása, hangolódás

Gyakorlat Megérkezés	**Instrukciók az oktatónak**
Ki mit vár a mai naptól?	- Figyeljen arra, hogy mindenki szóhoz jusson! Egy emberre legfeljebb egy mondatnyi idő jut.

45 perc előadás

3.2 A konstruktív agressziókezelés elemei

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A gyakorlat célja megismerni a gyermeki indulat kezelésének lépésit és az indulatkezelési algoritmusokat.	Handout_11 Gyermeki indulat kezelésének lépései - Ossza ki a handoutot, majd nagycsoportban tekintsék át a handouton szereplő két indulatkezelési algoritmust. - A résztvevők idézzék fel egy indulatkezelési nehézségekkel küzdő gyermekkel kapcsolatos tapasztalataikat a szakmai munkájukból. Mindenki képzelje el, hogy az adott gyermek esetében alkalmazza valamelyik indulatkezelési algoritmust (A vagy B). - A résztvevők alkossanak párokat. Az egyik fél a fenti elképzelt eset kapcsán egy szakmai beszélgetés során számoljon be arról, hogy hogyan alkalmaza majd a választott algoritmust a gyermeknél. Beszélje meg kollegájával a gyermekkel jövőben megvalósítandó indulatkezelést segítő stratégiát. - A párok tagjai cseréljenek szerepet! - A két megbeszélés alapján a párok keressenek még hasznos lépéseket, és jegyezzék le azokat a handoutra. - Nagycsoportban beszéljék meg a gyűjtött hasznos indulatkezelési lépéseket.

SZÜNET

45 perc előadás

3.2.1 Szociális készségek fejlesztése

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
Páros, kiscsoportos és nagycsoportos munkaformában a résztvevők megismerkednek a példa feladatlappal, ami a Goldstein-módszer készségtanítási folyamatát demonstrálja	Handout_12 Szociális Készségek Fejlesztése. Válasz kötekedésre, ugratásra - A kötekedés kezelése - Mondja el, hogy a készség, melynek tanítási folyamatát elsajátítják a kötekedés kezelése pozitív módon.

	- Magyarázza el a készségtanítás folyamatát a handout első oldalán található *Így működik* lista alapján. - Végezze el a résztvevőkkel nagycsoportban a 2. oldalon található gyakorlatot. - Beszéljék meg a kötekedés pozitív módon való kezelésének 3 lépését (handout 4. oldal). - Ossza ki a handoutot. - Kérjen meg két résztvevőt, hogy olvassa fel az első forgatókönyvet, majd két másik résztvevőt, hogy olvassa fel a második forgatókönyvet. - A résztvevők ezután párokban játszanak el a forgatókönyvek alapján új történeteket - oktatói szerepjátékként. - Nagycsoportban beszéljük át a diákok számára készült feladatok menetét, célját (handout 5-6 o.) - Nagycsoportban tekintsük át az irányított gyakorlatok menetét, célját (handout 7-10.o.) - A résztvevők alkossanak kiscsoportokat. Az oktató jelölje ki, hogy mely csoportok végezzék el az A, melyek a B feladatot. Nagycsoportban beszéljék meg a feladat célját (handout 11-12. o.) - Mutassa be az önellenőrzési űrlapokat.

SZÜNET

45 perc előadás

3.2.2. Indulatkontroll Tréning

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Feszültséglevezető gyakorlatok	**Instrukció az oktatóknak**
A gyakorlat célja a különböző életkorú gyermekeknél alkalmazható módszerek megismertetése. Cél továbbá, hogy a résztvevők a gyakorlatokat kipróbálják, saját élményt szerezzenek annak érdekében, hogy szakmai munkájuk során adekvát módon tudják az egyes gyakorlatokat szükség esetén alkalmazni.	Handout_13 Feszültségkezelési gyakorlatok rendszerezése - Mondja el, hogy a gyermekkori agresszió kezelés során elengedhetetlen, hogy figyelembe vegyük az agresszív viselkedést tanúsító gyermek életkori sajátosságait, és a bemutatandó agresszió kezelési gyakorlatokat a gyermek életkorához igazítva kell alkalmazni. Különböző életkorokban ugyanis más-más szintű a gyermekek kognitív- érzelmi- és társas készsége, ezért más-más stratégiák lesznek hatékonyak. - Mutassa be röviden a handout feszültséglevezető gyakorlatait (3-4.o.) - Gyakorlatok saját élményhez (handout 3-4. o.): az oktató saját mérlegelése és a csoport jellegzetességei, igényei alapján válasszon egyet a feszültséglevezető feladatok közül, és azt végezzék el. - Bizonyos gyakorlatokhoz zenei aláfestésről kell gondoskodni (1. gyakorlat – haraglevezetéshez, 2-3. gyakorlat - relaxációs zene szükséges)

	- Ossza ki a handoutot. - A handouton a példák és saját gyűjtés segítségével rendszerezzék a résztvevők a feszültségtűrés, feszültséglevezetés során használható módszereket (1-2.o.) - Mondja el, hogy a legfontosabb feladat a keletkezett indulatok konstruktív levezetésének megtanítása lehet, majd fokozatosan a késleltetés képességének elsajátítása. Sok esetben a gyermek magas általános feszültségi szintje áll az agresszió hátterében, így a feszültségszint-csökkentés önmagában hatékony lehet. Erre jó módszer lehet a gyermekjóga, vagy a gyermekek számára kifejlesztett stresszkezelési-technikák.

EBÉDSZÜNET

45 perc előadás

3.2.3. Morális Gondolkodás Tréning

45 perc gyakorlat

Gyakorlat	**Instrukció az oktatóknak**
A handout segítségével egy konkrét erkölcsi érték gyakorlási lehetőségének megismerése.	Handout_14 Morális Gondolkodás Tréning - Mondja el, hogy ha gyerekekkel végzik el a gyakorlatot, akkor hogyan kell végrehajtani: a gyermekek életkorához illeszkedő erkölcsi dilemmák segítségével a szakember vitát kezdeményez, melynek során érvek és ellenérvek, indoklások és döntések mentén a gyermekek elsajátítják a proszociális viselkedés tervezéséhez, szervezéséhez szükséges erkölcsi gondolkodás alapjait. Megtanulják figyelembe venni mások szempontjait, és megtapasztalják, hogy lehetséges a nehéz helyzeteknek ellenségesség és indulatok nélküli jelentést adni. - Olvassa fel a handoutról a szituációt, majd ossza ki a handoutot. - A résztvevők alkossnak párokat. A párok válasszák ki, hogy milyen korú gyerekekkel, fiatalokkal végeznék el a feladatot. Ezután gyűjtsenek a választott korosztályhoz szabott morális érveket a megfelelő válaszok mellett. - Nagycsoportban beszéljék át az eredményeket.

SZÜNET

45 perc előadás

3.3 A konstruktív agressziókezelés különböző életkorú gyermekeknél

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Készségfejlesztő gyakorlatok gyerekeknek	**Instrukció az oktatóknak**
Különböző készségek fejlesztésére alkalmas játékos gyakorlatok bemutatása.	Handout_15 Készségfejlesztő gyakorlatok gyerekeknek - Gyakorlatok saját élményhez: az oktató saját mérlegelése és a csoport jellegzetességei, igényei alapján válasszon egyet-egyet a készségfejlesztő feladatok közül, amit a résztvevők elvégeznek. Handout_16 Indulatok, feszültségek - Röviden mutassa be a feladatot. Handout_17 Egy kis varázslat segíthet - Ossza ki a 17. handoutot. A résztvevők párokban végezzék el az alábbi gyakorlatot: egyikük eljátszik egy kötekedős helyzetet (például: *Mindig rád kell várni!* vagy *Nem igaz, hogy nem tudod elkapni a labdát!*), a másik résztvevő válaszként fogalmazzon meg egy én-üzenetet a handout “varázslata” alapján. Cseréljenek szerepet.

A nap tanulságainak rövid összefoglalása

Gyakorlat	**Instrukciók az oktatónak**
- A csoporttagok egyesével befejezik az alábbi befejezetlen mondatot: *A kedvenc gyakorlatom a mai napon az volt, amikor….*	- Ügyeljen arra, hogy mindenki megszólaljon és mindenkinek azonos idő álljon rendelkezésre a véleményalkotáshoz! - Figyeljen arra, hogy nagyon rövid idő jut egy emberre. - Mondjon néhány mondatot, amely segít átvezetni a következő napra: például miről lesz szó másnap.

Negyedik képzési nap

A nap indítása, ráhangolódás

Gyakorlat	Instrukciók az oktatónak
Hogyan érezte magát az előző képzési nap után?	- Figyeljen arra, hogy mindenki szóhoz jusson! - Csak 1-1 gondolat rövid megfogalmazására van idő.

45 perc interaktív előadás

4. A bullying kezelése

4.1 Bullying felismerése

25 perc gyakorlat

Gyakorlat Hiedelmek a bullyingról	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat célja, hogy - a résztvevők a gyakorlat keretében megismerjék saját hiedelmeiket, amelyek támogatják, vagy éppen megelőzhetik a bullyingot. - felismerjék, hogy mennyire fontos a bullyingról való beszélgetés, illetve ennek során a bullyingot támogató hiedelmek lecserélése olyanokra, amelyek felkészítik a gyermekeket a bullying megelőzésére	A gyakorlathoz két handout tartozik: • Handout_18 Hiedelmek a bullyingról (felnőtt) • Handout_19 Hiedelmek a bullyingról (gyerek) - A résztvevők egyénileg töltsék ki a Hiedelmek a bullyingról felnőtt handoutot. - Nagycsoportban beszéljék meg a válaszokat. Vitassák meg, hogyan járulnak hozzá az egyes hiedelmek a bullying támogatásához, illetve megelőzéséhez. - Egészítsék ki saját, bullying-megelőzést elősegítő kijelentésekkel a listát a handouton. - Beszéljék meg nagycsoportban, hogy ezt az eszközt milyen módon érdemes gyerekközösségekben használni. A feladat végén ossza ki a Hiedelmek a bullyingról gyerek handoutot.

20 perc gyakorlat

Gyakorlat Bullying helyszínek	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat célja - kidolgozni, hogy gyermekekkel és fiatalokkal hogyan lehet beszélgetni arról, hogy hol történik bullying. - megbeszélni, hogy, hogyan lehetne a “nem biztonságos” helyeket “biztonságossá” tenni.	Handout_20 Bullying helyszínek - Kiscsoportban vagy párban beszéljék meg, milyen módszerekkel lehet kideríteni, hol történik bántalmazás. A javaslatokat írják fel post-it-re. - Nagycsoportban csoportosítsák a post-it-eket a flipcharton vagy a falon. Beszéljék meg, melyik ötlet melyik korosztálynál használható. Az ötleteket írják be a handoutba. Dolgozzák ki a legjobbnak ítélt ötlet részleteit. - Nagycsoportban beszéljék meg, hogy mit lehet tenni ahhoz, hogy a “nem biztonságos” helyeket “biztonságossá” tegyék. Az ötleteket írják be a handoutba. - Röviden fussák át a handouton bemutatott jó gyakorlatokat.

SZÜNET

45 perc interaktív előadás

4.2 A bullying elemzése

25 perc gyakorlat

Gyakorlat Állj ki magadért	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat segít: - megérteni a behódoló, az agresszív és az asszertív viselkedés közötti különbséget. - iránymutatást nyújtani és gyakorlási lehetőséget biztosítani ahhoz, hogy a bántalmazó provokációjára asszertív módon reagáljanak verbálisan és nonverbálisan is.	Handout_21 Állj ki magadért - Magyarázza el, hogy hány fajta módon lehetséges reagálni a bántalmazó viselkedésére: feladjuk (behódolva), visszavágunk (agresszíven), vagy kiállunk magunkért (asszertíven). Mondja el a handout alapján, hogy mit jelent az asszertív viselkedés. Ossza ki a handoutot. - A résztvevők kiscsoportban gyűjtsenek a gyerekek számára tanácsokat a Tippek a bántalmazóval szembeni kiálláshoz témában, és írják be a handout első lapjára. Utána nagycsoportban beszéljék át az eredményeket, majd vessék össze a handout listájával. - Vegyék át a handout táblázata alapján a példákat. Kérjen meg egy résztvevőt, hogy vállalja magára a bántalmazó szerepét, hogy demonstrálhassa a fenti reakciótípusokat. Gondoskodjon róla, hogy az egyes reakciók közötti különbségek el legyenek túlozva. - A többi résztvevő figyelje meg és írja le a nonverbális kommunikációnkat (testtartás, szemkontaktus, arckifejezés, hangszín), csakúgy, mint a szavainkat és a tetteinket, és jegyezzék fel ezeket a handoutra. - Kérjen fel egy másik résztvevőt az áldozat szerepére. Bátorítsa az önkéntest, hogy használja a saját szavait, és gyakorolja néhányszor az asszertív reagálást. A csoport adjon visszajelzéseket. Az önkéntes reakciója minden egyes alkalommal javulni fog a csoport visszajelzései alapján. - Beszéljék meg azt is, hogy ezt a gyakorlatot hogyan kell gyerekekkel elvégezni, különös tekintettel az életkori sajátosságokra.

20 perc gyakorlat

Gyakorlat Szemtanú kvíz	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat segít: - megérteni a szemtanú fogalmát a bullying szituációkban. - megérteni a szemtanú kulcsfontosságú szerepét a bullying megelőzésében - megtanulni, hogyan beszéljük meg a gyerekekkel, hogy hogyan legyenek segítőkész szemtanúk.	Handout_22 Szemtanú kvíz 1 (felnőtt) Handout_23 Szemtanú kvíz 2 (gyerek) - Egyénileg töltsék ki a Szemtanú kvíz 1 handoutot. Kérje meg a résztvevőket, hogy ne fordítsák meg a lapot. - Miután befejezték a kvízt, olvasson fel újra minden állítást. A résztvevők kézfeltartással jelezzék a választ. Kérje meg a résztvevőket, hogy magyarázzák meg a választásaikat. Ezután fejtse ki és magyarázza meg a handouton szereplő válaszokat, támaszkodva a kijelentésekhez tartozó magyarázatokra. Beszéljék meg, miért fontos a szemtanúk befolyásának alapos megértése. Hivatkozzon a kijelentésekhez tartozó magyarázatokra, ha szükséges. - Beszéljék meg, mit tehet egy szemtanú. A résztvevők adjanak javaslatokat, ezeket jegyezzék fel a handout 2. lapján. - Beszéljék meg, hogy milyen javaslatokat lehet adni a szemtanúknak, válaszaikat vessék össze a handouton (4. o.) szereplő listával. - Beszéljék meg azt is, hogy ezt a gyakorlatot hogyan kell gyerekekkel elvégezni.

SZÜNET

45 perc előadás

4.3 Stratégiai gondolkodás

45 perc előadás - interaktív ismeretfeldolgozás

Interaktív ismeretfeldolgozás Játékszabályok	**Instrukciók az oktatónak**
A feladat segít: - megtanulni, hogy a bullying során tanúsított viselkedés kiszámítható - észrevenni, hogy az áldozat és szemtanú gyerekek tettei bátoríthatják, de akár meg is állíthatják a bullyingot - különleges helyzetekben másképpen gondolkodni a bullyingról	- Handout_24 Játékszabályok - Mondja el, hogy a bullying tulajdonképpen egy romboló játék, amit az elkövető talál ki. - Vegyék végig ennek a „játéknak” a szabályait. - Magyarázza el, hogy a gyerekekkel végzett gyakorlat célja az áldozatok és a szemtanúk támogatása új válaszlehetőségek meghatározásával, amelyekkel be tudják fejezni a bullying „játékot”. Képessé teszi a gyerekeket a szabályok megváltoztatására, választási lehetőséget kínál nekik, valamint annak megértését, hogy cselekedeteik igenis számítanak. - A résztvevők 3 kiscsoportban olvassanak el egy-egy történetet. Válaszolják meg a történethez tartozó kérdéseket. - Nagycsoportban beszéljék meg a válaszokat, és azt, hogy milyen új válaszlehetőségeket tudnak javasolni ez alapján a gyerekeknek. - Beszéljék meg azt is, hogy ezt a gyakorlatot hogyan kell gyerekekkel elvégezni.

EBÉDSZÜNET

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Társas készségek tanítása	**Instrukciók az oktatónak**
Gyerekekkel végezhető gyakorlatokat mutatunk be, melyek segítenek a gyerekeknek gyakorolni azokat a társas készségeiket, melyekre szükségük van ahhoz, hogy ne kövessék el, illetve megállítsák és megelőzzék a bullyingot.	Handout_25 Empátia gyakorlatok Handout_26 Asszertivitás gyakorlatok Handout_27 Problémamegoldás gyakorlatok - Ossza ki a handoutokat. - Nagycsoportban egyesével mutassa be az Empátia gyakorlatok handout gyakorlatait. Minden gyakorlatnál beszéljék meg, hogy hogyan lehet elvégezni a feladatot más-más életkorú gyerekek, fiatalok esetében. - Kiscsoportonként válasszanak egy gyakorlatot, amit elvégeznek. - Nagycsoportban egyesével mutassa be az Asszertivitás gyakorlatok handout gyakorlatait. Minden gyakorlatnál beszéljék meg, hogy hogyan lehet elvégezni a feladatot más-más életkorú gyerekek, fiatalok esetében. - Kiscsoportonként válasszanak egy gyakorlatot, amit elvégeznek. - Nagycsoportban egyesével mutassa be a Problémamegoldás gyakorlatok handout gyakorlatait. Minden gyakorlatnál beszéljék meg, hogy hogyan lehet elvégezni a feladatot más-más életkorú gyerekek, fiatalok esetében. - Kiscsoportonként válasszanak egy gyakorlatot, amit elvégeznek.

45 perc interaktív előadás

4.4 A bullying megelőzése

SZÜNET

45 perc gyakorlat

Gyakorlat Esettanulmányok	**Instrukciók az oktatónak**
A gyakorlat segít megtanulni a bullyinggal kapcsolatos beavatkozás tervezését.	Handout_28 Esettanulmányok - Ossza ki a handoutokat. A résztvevők négy kiscsoportban olvassák el a kapott esetet. - A csoportok válaszolják meg a kérdéseket. - Minden csoport ismertesse az általa feldolgozott esetet és válaszaikat. Nagycsoportban beszéljék meg a válaszokat, és gyűjtsenek újabb ötleteket. - Közösen vegyék végig, hogyan érdemes a beavatkozást megtervezni. (Az esethez tartozó kérdések támpontként szolgálhatnak). - Handout_29 Plakát - Ossza ki a handoutot, röviden beszéljék át a felhasználási lehetőségeit.

45 perc gyakorlat: a képzés lezárása, értékelése

Gyakorlat Zárás	**Instrukciók az oktatónak**
Záróteszt kitöltése: a csoport tagjai kitöltik a záróteszt. (25 perc) A csoportvezető kiértékeli a teszteket, amíg a csoport kitölti az elégedettségmérő kérdőívet. A képzés értékelése. (20 perc)	Ügyeljen a megadott időkeret betartására!

5. Felhasznált irodalom

1997. évi XXXI. törvény A gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról (Gyvt.)

ENSZ Gyermekjogi Egyezmény 1989. november 20. ratifikálva: 1991. évi LXIV. törvénnyel

Aáry-Tamás L. – Aronson J. (szerk.) (2010): *Iskolai veszélyek*. Budapest, CompLex Kiadó

Atkinson, R. C. – Hilgard, E. (2005): *Pszichológia*. Budapest, Osiris Kiadó

Bányai É. – Varga K. (szerk.) (2012): *Affektív pszichológia*. Budapest, Medicina Kiadó

Bőhm A. (2003): Helyi *társadalom, önkormányzatok, településfejlesztés*. Budapest, Agroinform Kiadó

Bruininks, R. – Woodcock, R.W. – Weatherman, R.W. (1996): *Scales of Independent Behavior-Revised.* Riverside Publishing, IL, Rolling Meadows

Buda M. (2005): *Tehetünk ellene? A gyermeki agresszió*. Budapest, Dinasztia Tankönyvkiadó

Buda M. (2010): *Közérzet és zaklatás az iskolában*. Habilitációs értekezés. Kézirat

Buda M. (2015): *Az iskolai zaklatás – a kutatások tükrében*. Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó

Buda M. – Kőszeghy A. – Szirmai E. (2008): Iskolai zaklatás – az ismeretlen ismerős. *Educatio*, 2008/3. Veszélyes iskola. 373-386. o.

Campbell, R. (2009): *Dühöngő ifjak - Hogyan szelídíthetjük meg gyermekeink haragját*? Budapest, Harmat Kiadó Alapítvány

Chapell, M.S. – Hasselman, S.L. – Kitchin, T. – Lomon, S.N. – MacIver, K.W. – Sarullo, P.L. (2006). Bullying in elementary school, high school, and college. *Adolescence, 41,* 633-648. o.

Coie, J. D. – Dodge, K. A. (1998): Aggression and antisocial behavior. In Damon, W. – Eisenberg, N. (szerk.): *Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development* (5th ed., 779-862. o.) New York, Wiley

Cole, M. – Cole, S. R. (2006): *Fejlődéslélektan*. Budapest, Osiris Kiadó

Coloroso, B. (2014). *Zaklatók, áldozatok, szemlélők: Az iskolai erőszak.* Budapest, Harmat Kiadó

Craig, W. M. – Pepler, D. (1997). Observations of bullying and victimization in the school yard. *Canadian Journal of School Psychology*, 13(2): 41-60. o.

Czenczer O. (2009): Külföldi minták - honi tennivalók a fiatalkorúak büntetésvégrehajtásában. *Börtönügyi Szemle*, 28. évf. 1. sz. 1-10. o. [online] epa.oszk.hu/02700/02705/.../EPA02705_bortonugyi_szemle_2009_1_001-010.pdf (2017.03.24.)

Csoba J. – Prókai O. (2011a): *Esetkönyv. Példatár a szociális munka egyéni esetkezelésének gyakorlatához. Szociotéka*. Debrecen, Debreceni Egyetem Szociológia és Szociálpolitika Tanszéke, 59-61.o.

Csóti M. (2006): *Gyermekkori szorongás, iskolafóbia, pánikrohamok*. Budapest, Pro Die Kiadó

Dávid M. et al. (2008): *Hatékony tanulómegismerési technikák*. Budapest, Educatio Társadalmi Szolgáltató Közhasznú Társaság

DCSF (2008): *Safe from Bullying in play and leisure provision.* DCSF Publications, Nottingham www.teachernet.gov.uk/publications

DCSF (2009a): *Safe from Bullying in Children's Homes.* DCSF Publications, Nottingham www.teachernet.gov.uk/publications

DCSF (2009b): *Safe from Bullying training resources.* DCSF Publications, Nottingham www.teachernet.gov.uk/publications

Domszky A. – Negrea V. – Büki P. (2000): Speciális szükségletű gyermekek gyermekvédelmi szakellátása. *Család, Gyermek, Ifjúság*, 1. 40. o.

DSM-5 referencia kézikönyv a DSM-5 diagnosztikai kritériumaihoz (2013) Budapest, Oriold és Társai Kiadó

Ekman, P. (1973): Cross-cultural studies of facial expression. In Ekman, P. (szerk.): *Darwin and Facial Expression: A Century of Research in Review*. New York, Academic Press, 169-222. o.

Fekkes, M. – Pijpers, F. I. M. – Verloove-Vanhorick, S. P. (2004): Bullying behavior and associations with psychosomatic complaints and depression in victims. *The Journal of Pediactrics*, January 2004, Volume 144, Issue 1, 17-22. o.

Figula E. (2004): *Az iskolai zaklatás – iskolai erőszak pszichológus szemmel*. Nyíregyháza, SZSZB Megyei Tudományos Közalapítvány

Fox, C. L. – Boulton, M. J. (2003): Evaluating the effectiveness of a social skills training (SST) programme for victims of bullying. *Educational Research*, 45(3), 231-247. o.

Fromm, E. (2001): *A rombolás anatómiája*. Budapest, Háttér Kiadó

Fülöpné Böszörményi A. (2003): Agresszió a gyermekintézményekben. *Új Pedagógiai Szemle*. 53. évf. 1. szám 23-35. o.

Goldstein, A. P. – Nensén, R. - Daleflod, B. – Kalt, M. (Eds.). (2004). *New perspectives on aggression replacement training: Practice, research and application.* John Wiley & Sons

Gordon, T. (2000): PET – *A szülői eredményesség tanulása.* Budapest, Assertiv Kiadó

Gőbel O. (2014): *A szív érintése*. Budapest, L'Harmattan Kiadó

Gőbel O. (2014): *Égig emelő légzés*. Budapest, L'Harmattan Kiadó

Gőbel O. (2014): *Mozgás a képzelet szárnyán*. Budapest, L'Harmattan Kiadó

Gőbel O. (2014): *Tanulni, örülni, szeretni*. Budapest, L'Harmattan Kiadó

Gratz, K. L. – Roemer, L. (2004): Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* (2004) 26: 41.

Gyurkó Sz. – Virág Gy. (2009): *Az iskolai erőszak megítélésének különbségei és hasonlóságai a gyermekvédelmi és az oktatási intézmény rendszerben: kutatási zárótanulmány*. Eszter Alapítvány

Hárdi I. (2010): *Az agresszió világa*. Budapest, Medicina Kiadó

Herczog M. (2001): *Gyermekvédelmi kézikönyv*. Budapest, KJK-Kerszöv Kiadó

Homoki A. (2014): *A gyermekvédelmi gondozottak reziliencia vizsgálata a Dél-alföldi és Észak-alföldi régióban.* Doktori (PhD) értekezés, Debreceni Egyetem

Homoki A. – Czinderi K. (2015): *A gyermekvédelmi szempontú rezilienciakutatás eredményei Magyarország két régiójának LHH térségeiben*. *Esély*, 2015/6. 61-81. o.

Homoki A. (2017): A gyermekvédelmi szakellátásban élő serdülők rezilienciájának alakulása hazánk három megyéjében és a fővárosban. In Rácz A. (szerk.): *Komplex módszertanra épülő hatékonyságmérések a gyermekvédelemben. Gyermekvédelmi szakellátásban nevelkedő*

gyermekek és fiatal felnőttek életútjának vizsgálata a rendszer hatékonyságának mérése céljából. Gyermek- és ifjúságvédelmi Tanulmányok. Rubeus Egyesület, Budapest. 79-99. o.

Karatas, H. – Ozturk, C. (2011): Relationship Between Bullying and Health Problems in Primary School Children *Asian Nursing Research*, Volume 5, Issue 2, June 2011, 81-87. o. [online] http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1976131711600169 (2017.03.24.)

Körmendi A. – Szklenárik P. (2012): *Az iskolai zaklatás*. Debrecen, Debreceni Egyetemi Kiadó

Körmendi A. – Szklenárik P. (2014): A szemlélődők szerepe és fontossága az iskolai zaklatás kezelésében. *Alkalmazott Pszichológia*, 14 (2), 105-121. o.

Madge, N. (1994): *Children and residential care in Europe*. National Children's Bureau NCB, UK, London

Maslow, A. (2003): *A lét pszichológiája felé*. Budapest, Ursus Libris Kiadó

McCann, J. – James, A. – Wilson, S. – Dunn, G. (1996): Prevalence of psychiatric disorders in young people in the care system. 21 *British Medical Journal*, 313, 5129-5130. o.

Mohás L. (2012): *Az agresszióról és a sikerkereső emberről*. Budapest, Saxum Kiadó

Nagy I. – Körmendi A. – Pataky N. (2012): A zaklatás és az osztálylégkör kapcsolata. *Magyar Pedagógia*, 112. évf. 3. szám 129-148. o.

Oatley J. M. – Jenkins K. (2001): *Érzelmeink*. Budapest, Osiris Kiadó

Octoman, O. – McLean, S. – Sleep, J. (2013): Children in foster care: What behaviours do carers find challenging? *Clinical Psychologist*, 18(1), 10-20. o.

Olivier, C. (2004): *Az agresszív gyermek és a szülők*. Budapest, Pont Kiadó

Pepler, D. J., – Craig, W. (2000): *Making a difference in bullying* (Report No. 60). Toronto, Ontario, Canada: York University, La Marsh Centre for Research on Violence and Conflict Resolution. [online] http://www. melissainstitute.org/documents/MakingADifference.pdf (2017.03.24.)

Rákó E. (2011): *A gyermekvédelmi szakellátás*. Debrecen, Debreceni Egyetem

Ranschburg J. (1998): *Pszichológiai rendellenességek gyermekkorban*. Budapest, Nemzeti Tankönyvkiadó

Ranschburg J. (2009): *Nyugtalan gyerekek – Hiperaktivitás és agresszió a serdülőkorban*. Budapest, Saxum Kiadó

Ranschburg J. (2012): *Félelem, harag, agresszió*. Budapest, Saxum Kiadó

Révész Gy. (2004): *Szülői bánásmód – gyermekbántalmazás*. Budapest, Új Mandátum Könyvkiadó

Salmon, G. – James, A. – Smith, D. M. (1998): Bullying in schools: self reported anxiety, depression and self esteem in secondary school children. 22 *British Medical Journal*, 17, 924-925. o.

Stamer-Brandt, P. (2015): *Kis méregzsákok. Építsük le az agressziót – játékokkal*. Budapest-Pécs, Dialóg Junior Kiadó

Storey, K. – Slaby, R. (2013): *Eyes on Bullying in Early Childhood.* Education Development Center, Waltham

Storey, K. – Slaby, R. – Adler, M. – Minotti, J. – Katz, R. (2013): *Eyes on Bullying . . .What Can You Do? A toolkit to prevent bullying in children's lives.* Education Development Center, Waltham

Szilágyi I. (2009): Az agresszió kezelésének pedagógiai lehetőségei. *Magiszter*, 2009. VII. tavasz, 32-40. o. [online] http://rmpsz.ro/hu/h/58/2009 (2017.03.24.)

Terápiás jellegű módszertani ajánlás az óvodáskori agresszió kezelésére. NyugiOvi Program Kora-gyermekkori program a megfélemlítés megelőzésére című kiemelt projekthez tartozó ajánlás TÁMOP-5.2.10-15/1-2015-0001, TKKI [online] https://www.tkki.hu/download.php?id=7580

Tokunaga, R. (2010): Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimatization. *Computers in Human Behavior*, 26, 277-287. o.

Twemlow, S. W. – Sacco, F. C. (2012): *Miért nem működnek az iskolai bántalmazás-ellenes programok.* Budapest, Flaccus Kiadó

Vajda Zs. (1991): *Embergyermek – gyermekember. Gyermeknevelési kalauz szülőknek*. Budapest, Göncöl Kiadó

Vajda Zs. – Kósa É. (2005): *Neveléslélektan*. Budapest, Osiris Kiadó

Varga L. (2011): A legokosabb befektetés. *Training and Practice*, Volume 9. Issue 1-2. [online] *epa.oszk.hu/02600/.../EPA02641_kepzes_es_gyakorlat_2011_01-02_205-218.pdf (2017.03.24.)*

Varga Z. (2011): *Iskolai ártalmak*. Budapest, Saxum Kiadó

Vekerdy T. (2006): *Felnőttek és gyerekek - Mit akarunk egymástól*? Pszichológiai írások. Budapest, Sziget Kiadó

Vetró Á. (1999): *Gyermek- és ifjúságpszichiátria, mentálhigiéné*. Szeged, JGYTF Kiadó

Vetró Á. (2008): *Gyermek- és ifjúságpszichiátria*. Budapest, Medicina Kiadó

Vossekuil, B. – Fein, R. A. – Reddy, M. – Borum, R. – Modzeleski, W. (2002): *The final report and findings of the Safe School Initiative: Implications for the prevention of school attacks in the United States.* U. S. Secret Service and U. S. Department of Education. Retrieved October 25, 2007, from http://www.secretservice.gov/ ntac/ssi_final_report.pdf

van der Wal, M. F. – de Wit, C. A. M. – Hirasing, R. A. (2003). Psychosocial health among young victims and offenders of direct and indirect bullying. *Pediatrics*, 111, 1312-1317. o.

Walker, S. (2012): *Effective Social Work with Children, Young People and Families*. *Putting Systems Theory into Practice.* Replica (SAGE)

Welch, G. (1987): An intagrated approach to social work practice. In: McKendrick, B.W. (szerk). *Introduction to social work in South Africa*. Owen Burgess. Pinetown. 152-176. o.

Whitehouse, É. – Pudney, W. (2013): *Mint egy nagy vulkán forrok, és… Mindjárt felrobbanok! Gyerekek indulatkezelési problémáinak megoldása*. Szentendre, Geobook Hungary Kiadó

Woods, R. (1994): A szociális munkások tevékenységeinek egy lehetséges rendszerezése. In: Hegyesi G. – Talyigás K. (szerk.): *A szociális munka elmélete és gyakorlata. I. kötet,* Budapest, Semmelweis Kiadó, 32-46. o.

Zsolnai A. – Lesznyák M. – Kasik L. (2007): A szociális és az érzelmi kompetencia néhány készségének fejlettsége óvodás korban. *Magyar Pedagógia*, 107. évf. 3. szám 233-270. o.

6. Forgatókönyv

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
ELSŐ KÉPZÉSI NAP				
8:00-9:30 (2x45 perc)	45	Bemutatkozás, a képzés indítása		
	45	1 Gyerekek a gyermekvédelmi szakellátásban – rendszerszemlélet és szükségletorientáció a gyakorlatban 1.1 A gyermekek jogai – interaktív előadás		
15 perc	15	SZÜNET		
9:45-11:15 (2x45 perc)	45	Természetes támaszdiszfunkciók, gyermekek jogai	1 A természetes támasz funkciói és -diszfunkciói Welch rendszerében 2 Gyermeki jogok sérülése	
	45	1.2 A mérgező stresszt, traumát átélt gyermekek jellemzői – interaktív előadás		
15 perc	15	SZÜNET		
11:30-13:00 (2x45 perc)	45	Humán ökorendszer Reziliencia, reziliencia-tényezők	3 A gyermekvédelemben élők boldogulási esélyeit növelő tényezők rendszere	
	45	Esetmegbeszélés	4 Esetelemzés – traumaátélés következményei	
13:00-13:30	30	EBÉDSZÜNET		
13:30-15:00 (2x45 perc)	45	1.3 Kihívást jelentő viselkedések – interaktív előadás		
	45	1.3 Kihívást jelentő viselkedések	5 Kihívást jelentő viselkedések	
15 perc	15	SZÜNET		
15:15-16:45 (2x45 perc)	45	1.3 Kihívást jelentő viselkedések (folytatás) – interaktív előadás		
	45	1.3 Kihívást jelentő viselkedések – ABC modell A nap tanulságainak rövid összefoglalása	6 Viselkedéselemzés	

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
MÁSODIK KÉPZÉSI NAP				
8:00-9:30 (2x45 perc)	45	A nap indítása, hangolódás 2.1 A düh és az agresszió – interaktív előadás		
	45	2.1 A düh és az agresszió		
15 perc	15	SZÜNET		
9:45-11:15 (2x45 perc)	45	2.2 Krónikus agresszió – interaktív előadás		
	45	2.2 Krónikus agresszió	5 Kihívást jelentő viselkedések	
15 perc	15	SZÜNET		
11:30-13:00 (2x45 perc)	45	2.3 Bullying – interaktív előadás		
	45	2.3 Bullying	7 Mi a bullying?	
13:00-13:30	30	EBÉDSZÜNET		
13:30-15:00 (2x45 perc)	45	2.3 Bullying	8 Történetcsere	
	45	3 Az agresszív viselkedés kezelése 3.1 Fegyelmezés, büntetés – interaktív előadás		
15 perc	15	SZÜNET		
15:15-16:45 (2x45 perc)	45	3.1 Fegyelmezés, büntetés – előadás, interaktív ismeretfeldolgozás	9 Nevelési módszerek	
	45	3.1 Fegyelmezés, büntetés A nap tanulságainak rövid összefoglalása	10 Helyesen – helytelenül fegyelmező nevelő	

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
HARMADIK KÉPZÉSI NAP				
8:00-9:30 (2x45 perc)	45	A nap indítása, hangolódás 3.2 A konstruktív agressziókezelés elemei – interaktív előadás		
	45	3.2 A konstruktív agressziókezelés elemei	11 Gyermeki indulat kezelésének lépései	
15 perc	15	SZÜNET		
9:45-11:15 (2x45 perc)	45	3.2.1 Szociális készségek fejlesztése – interaktív előadás		
	45	3.2.1 Szociális készségek fejlesztése	12 Szociális Készségek Fejlesztése. Válasz kötekedésre, ugratásra – A kötekedés kezelése	
15 perc	15	SZÜNET		
11:30-13:00 (2x45 perc)	45	3.2.2 Indulatkontroll Tréning – interaktív előadás		
	45	3.2.2 Indulatkontroll Tréning	13 Feszültségkezelési gyakorlatok rendszerezése	
13:00-13:30	30	EBÉDSZÜNET		
13:30-15:00 (2x45 perc)	45	3.2.3 Morális Gondolkodás Tréning – interaktív előadás		
	45	3.2.3 Morális Gondolkodás Tréning	14 Morális Gondolkodás Tréning	
15 perc	15	SZÜNET		
15:15-16:45 (2x45 perc)	45	3.3 A konstruktív agressziókezelés különböző életkorú gyermekeknél – interaktív előadás		
	45	3.3 A konstruktív agressziókezelés különböző életkorú gyermekeknél A nap tanulságainak rövid összefoglalása	15 Készségfejlesztő gyakorlatok gyerekeknek 16 Indulatok, feszültségek 17 Egy kis varázslat segíthet	

IDŐSZAK	IDŐ (perc)	TÉMA	HANDOUT	PPT
NEGYEDIK KÉPZÉSI NAP				
8:00-9:30 (2x45 perc)	45	A nap indítása, hangolódás 4 A bullying kezelése 4.1 Bullying felismerése – interaktív előadás		
	45	4.1 Bullying felismerése	18 Hiedelmek a bullyingról (felnőtt) 19 Hiedelmek a bullyingról (gyerek) 20 Bullying helyszínek	
15 perc	15	SZÜNET		
9:45-11:15 (2x45 perc)	45	4.2 A bullying elemzése – interaktív előadás		
	45	4.2 A bullying elemzése	21 Állj ki magadért 22 Szemtanú kvíz 1(felnőtt) 23 Szemtanú kvíz 2 (gyerek)	
15 perc	15	SZÜNET		
11:30-13:00 (2x45 perc)	45	4.3 Stratégiai gondolkodás – interaktív előadás		
	45	4.3 Stratégiai gondolkodás – előadás, interaktív ismeretfeldolgozás	24 Játékszabályok	
13:00-13:30	30	EBÉDSZÜNET		
13:30-15:00 (2x45 perc)	45	4.3 Stratégiai gondolkodás – Társas készségek tanítása	25 Empátia gyakorlatok 26 Asszertivitás gyakorlatok 27 Problémamegoldás gyakorlatok	
	45	4.4 A bullying megelőzése – interaktív előadás		
15 perc	15	SZÜNET		
15:15-16:45 (2x45 perc)	45	4.4 A bullying megelőzése	28 Esettanulmányok 29 Plakát	
	45	A képzés lezárása, értékelése	Ismeretanyag elsajátítását ellenőrző teszt és Tanfolyami értékelőlap	


SZÉCHENYI 2020
MAGYARORSZÁG KORMÁNYA
Európai Unió
Európai Szociális Alap
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE