



# HOGYAN ALAKÍTSUNK KI BÉKÉS ISKOLAI LÉGKÖRT?

Az iskolai agresszió  
megértése és  
megelőzése

# A BÉKÍTŐ SZEMLÉLET

- Két fő alapon nyugszik:
  - Légy védelmező!
  - Mentalizálj!
- Mit jelentenek ezek?

# BULLYING MEGHATÁROZÁS A

- Bullying = gyerekek közötti kortárs bántalmazás
- Ahhoz, hogy egy erőszakos cselekedetet bullyingnak nevezhessük:
  - ártó szándék
  - ismétlődés (vagy nagy eséllyel ismétlődni fog)
  - erőfölénnyel való visszaélés.
- Célja: a **hatalom** megszerzése a közösség felett



A GYEREKEK KÖZÖTTI KORTÁRS BÁNTALMAZÁST  
JELENTI A

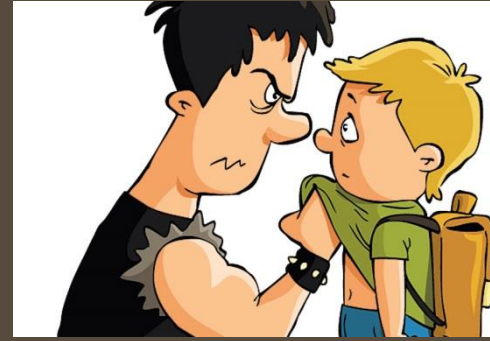
## BULLYING

Jellemzője:

ártó szándék, (nagy valószínűséggel) ismétlődő elkövetés és  
erőfölénnyel való visszaélés

AZ ELKÖVETŐ CÉLJA A KÖZÖSSÉG  
FELETTI HATALOM MEGSZERZÉSE.

# BULLYING típusai:



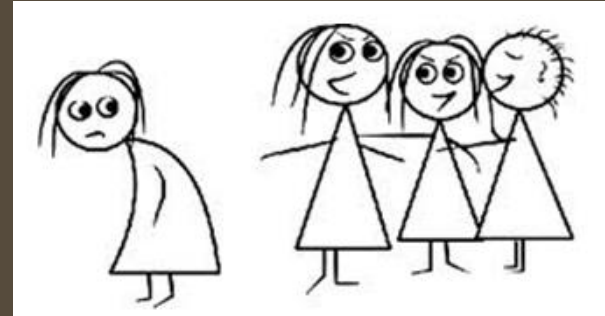
Fizikai



Verbális

## BULLYING érintettjei:

- áldozat
- bántalmazó
- és még?



Kapcsolati



# VEDD ÉSZRE A SZEMLÉLŐKET!



# Figyeljük meg a kisfilmben a bullying sajátosságait

A vörös hajú fiú:

<https://www.youtube.com/watch?v=5aZkk2iUY2k>





# NE HAGYJUK FIGYELMEN KÍVÜL!

A bántalmazók  
csak azt teszik,  
amit a  
szemlélők  
megengednek  
nekik!

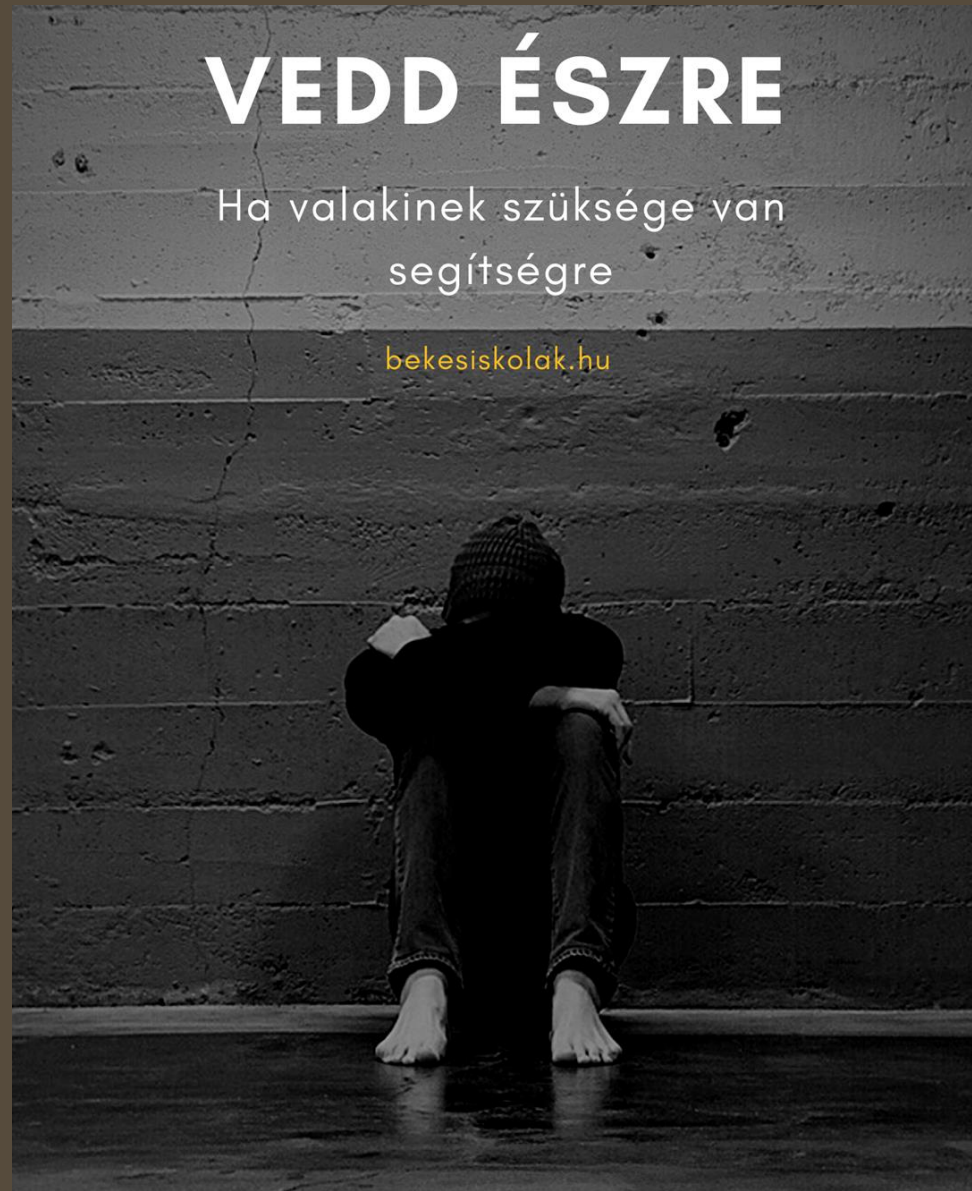


Állj ki az  
áldozatok  
mellett! Légy  
védelmező!

**VEDD ÉSZRE**

Ha valakinek szüksége van  
segítségre

[bekesiskolak.hu](http://bekesiskolak.hu)



**LÉGY VÉDELMEZŐ**

Akadályozd meg, hogy valaki bullying áldozata legyen.



Azt a jelenséget hívjuk

## MENTALIZÁCIÓNAK

amikor másoknak és/vagy magunknak belső tartalmakat, pl. lelkiállapotot, érzéseket, szükségleteket, gondolatokat, szándékokat stb. tulajdonítunk és gondolkodunk ezekről, amikor “olvasunk” a másokban/magunkban, amikor kapcsolódunk a másokhoz vagy éppen magunkhoz.

Amikor mentalizálok valakit, akkor meg szeretném érteni, mi játszódik le benne és aktívan törekszem is erre. Oda fordulok hozzá és valóban figyelek rá.



Amikor

## NEM MENTALIZÁLUNK,

akkor nem érdekel, mi zajlik a másokban, nem akarom megérteni, mi okozza a viselkedését, érzelmileg eltávolítom magamtól, tárgyiasítom. Ezzel kialakul az a kapcsolati helyzet, ami lehetővé teszi a bántalmazást. Ez minden erőszak alapja.

Nem mentalizálok akkor, amikor nem hallgatom meg az embertársamat; amikor azonnal ítélek meg, meg sem kísérelve a másik megértését; amikor csak a saját igazamat képviselem, figyelmen kívül hagyva a másik szempontjait, szükségleteit; amikor verbálisan, fizikailag, kapcsolatilag vagy bárhogy máshogy bántom a társamat.



**Mentalizálj!**  
**Kapcsolódj**  
**embertársaiddh**  
**oz!**



# Légy te is védelmező!

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



**KÖSZÖNJÜK A FIGYELMET!**