



Parti Katalin: “Így látjátok ti”, avagy 13-18 éves amerikai diákok véleménye a bullyingról

A következő rövid, informatív jellegű elemzést a Massachusetts Aggression Reduction Center (MARC) vendégkutatójaként készítettem, 2013 decemberében,¹ a Stand Up elnevezésű kampányon.

A Stand Up² elnevezésű iskolai agresszióellenes kampányt 2013-ban harmadik éve rendezik meg New England államai. Célja a pedagógusok, a tanulók, és rajtuk keresztül az egész közösség motiválása az iskolai agresszió (bullying) elleni aktív fellépésre. Nem egyszerűen programokat szeretnének indítani az iskolákban, hanem olyan kultúrát teremteni, amely intoleráns az agresszióval szemben és amelyben természetes, hogy az iskola diákjai kiállnak egymás mellett. A 2013. december 3-án megrendezett, egész napos eseményre egy sportcsarnokban került sor, Worcesterben, Massachusetts államban. Az állam minden iskoláját meghívták, de a csarnok limitált befogadóképessége miatt iskolánként 50-60 7-12. évfolyamra járó (tehát 13-18 éves) diák jött el az eseményre. Az esemény népszerűségét mutatja, hogy a résztvevők létszáma évről évre nagyobb: 2011-ben 4000, 2012-ben 5000, az idén pedig kísérőkkel együtt már több mint 5000 diák volt. Az eseményen két szintéren zajlottak, egyrészt a kiállótérben lehetett megtekinteni, hogy az egyes iskolák, diákönkormányzatok mit tesznek az iskolai agresszió ellen, másrészt pedig a színpadon olyan modell-értékű rövid előadásokat hallhattunk, amelyekben fiatalok és felnőttek – köztük egyetemi professzorok, költők, elballagott diákok – mondták el saját tapasztalataikat a bullyingról. A félidőben meghallgattuk az első három befutó dalt az iskolai dalverseny résztvevőitől, majd eredményhirdetésre került sor. Minden iskolának csapatokat kellett küldenie a dalversenyre, az egyéni részvétel ugyanis kizárta volna a közösségi összefogást.

¹ A Massachusetts Aggression Reduction Center (MARC) iskolai agressziókezelő programokat kínál a Massachusetts állambeli kis-, közép- és felsőiskolák (6-12. évfolyamra járó diákok) számára. Az intézet a Bridgewater State University Pszichológia Tanszékén működik. A MARC-nál kutatói időszakomat a 2013. Október 1 – 2014. Június 30. Között töltöttem, a Magyar Állami Eötvös Ösztöndíj, valamint a Fulbright Committee jóvoltából. Az intézetről a weboldalán olvasható bővebb információ: <http://marccenter.webs.com>

² A kezdeményezésről bővebben a website-on olvashatunk: <http://www.standuptobullying.org>



A MARC önkéntesei az eseményen. Fotó: Parti Katalin

Az előkészületekben és az eseményen a MARC aktívan részt vett. Meghan McCoy, a MARC munkatársa az eseményen egy pódium-beszélgetést vezetett le, amelynek keretében egyetemi hallgatók mondták el véleményüket kötetlen formában a bullying különböző megjelenéseiről és a helyes viselkedésről. Ezen kívül négy üres flipchartot helyeztünk ki a kiállítótérben, a következő kérdésekkel:

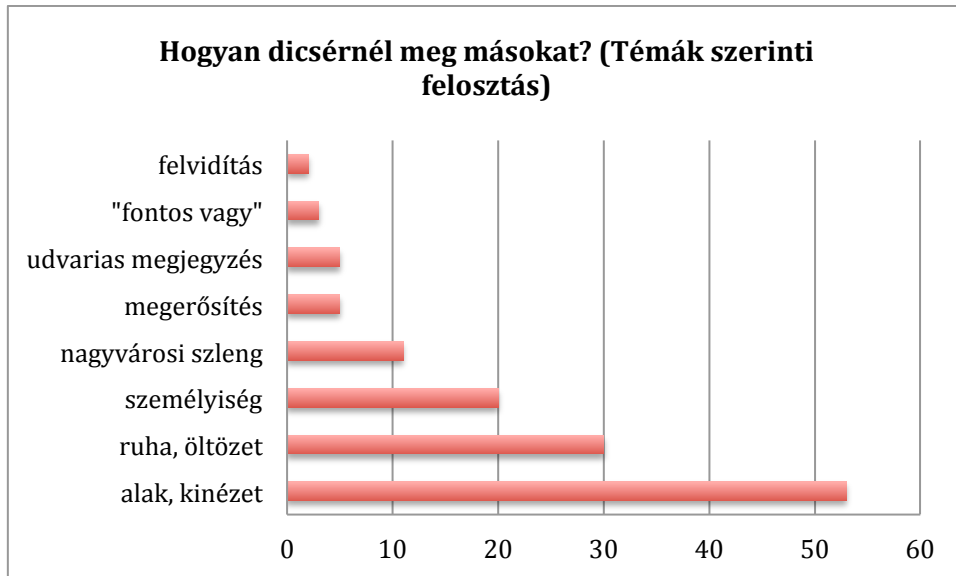
1. Hogyan dicséred meg másokat?
2. Milyen ventilláló technikáid vannak arra az esetre, ha mások felzaklatnak?
3. Szerinted milyen tulajdonságokkal rendelkezik egy „jóbarát”?
4. Mi volt a leghatásosabb segítség, amit valaha kaptál a barátaidtól (vagy másától)?

A flipchartokra a diákok felírhatták válaszaikat, ezekről készült az alábbi elemzés. Az elemzés tehát nem tekinthető átfogónak, ám rávilágít a jelenleg Massachusetts államban futó iskolai erőszak-megelőző programok hiányosságaira.

Hogyan dicséred meg másokat?

Dicséretfajták. A dicséret nemcsak az önérzet megtervezett helyreállítására jó, de spontán formája egyszerűen emelheti a diákok önbecsülését, ilyen módon megelőző védelmet jelenthet a bullying különböző formái ellen. A legtöbben a külsőre (ruházat, arc, alak stb.) tett megjegyzésekkel próbálnának felvidítani másokat. Ezek közül az alak (body feature; n=53) és a ruházat (outfit; n=30) a leggyakoribb. Népszerű bókok még a megerősítő beszólások, a nagyvárosi szkengek (n=11; pl. God bless your DNA; Ten I see; Did you hurt when you fell from heaven?; Are you tired? You’ve been running around my eyes all day.; you are swag; you are the best of both words; GLTS, azaz Get Laid This Summer). (1. ábra)

1. ábra



Felszínes és mélyebb bókok. A legtöbben úgy gondolják, hogy a kinézetre, ruházatra és a megjelenésre tett dicséretekkel lehet a legnagyobb hatást elérni, ezeket a *felszínes bókok* közé soroltam (n=122), ehhez képest a *mélyebben szántó*, a személyiségre tett kijelentések elenyészők (n=13). (1. táblázat)

1. táblázat

A dicséret típusa annak mélysége szerint	
Felszínes dicséret (kialakra, kinézetre vonatkozó)	Mélyre hatóbb dicséret (személyiségre, annak egyes elemeire vonatkozó)
N=122	N=13

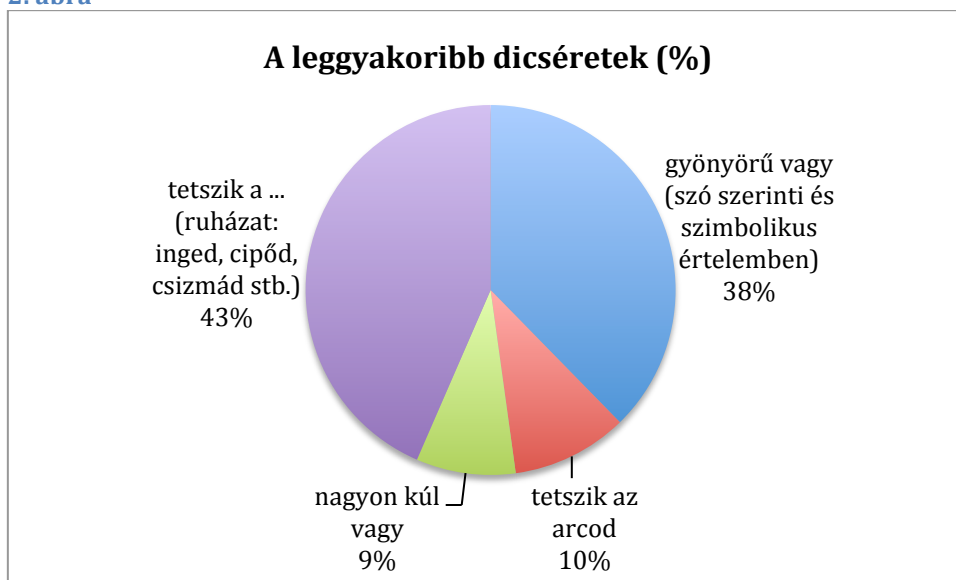
Megerősítés-fajták. A leggyakoribb megerősítés. Érdekes megfigyelni, hogy ha kifejezetten a megerősítésekről van szó, többen említettek az adott személyre szabott, azaz „megalapozott” megerősítéseket (mint pl. I love you; You light up my day like nobody else; You are a kind and good friend etc.). (2. táblázat)

2. táblázat

Ha a dicséret megerősítés, a megerősítés típusa			
Felszínes megerősítés (nem a személyes tulajdonságokat érintő)		Megalapozott (személyes tulajdonságokat érintő) megerősítés	
Isten szeret téged	N=3	Sok szerencsét a dolgozathoz!	N=1
Semmi sem lehetetlen	N=1	Szeretlek.	N=1
Egyedi, egyedülálló vagy	N=1	Feldobod a napomat, mint senki más.	N=1
Szép munka!	N=1	Te vagy a legfantasztikusabb ember.	N=1
Minden rendben lesz.	N=1	Csodálatra méltó vagy / Szeretem a személyiségedet.	N=6
		Annyira kedves vagy.	N=1
		Kedves és jó barát vagy.	N=1
Total	N=7	Total	N=12

A ruházat mint a bókók leggyakoribb célpontja. A gyerekek leginkább a ruházatra tett megjegyzésekkel kívánják feldobni egymást (outfit; n=30), ezután következnek gyakorisági sorrendben az olyan általános kijelentések, mint a “You are beautiful / You are gorgeous”, amelyek szó szerinti és átvitt értelemben is használatosak (n=26), majd az arc csinoságára utaló megjegyzések (pl. I enjoy your face; n=7), és olyan további, még általánosabb kijelentések, mint a “You are hot / You are cool” (n=6). (2. ábra)

2. ábra

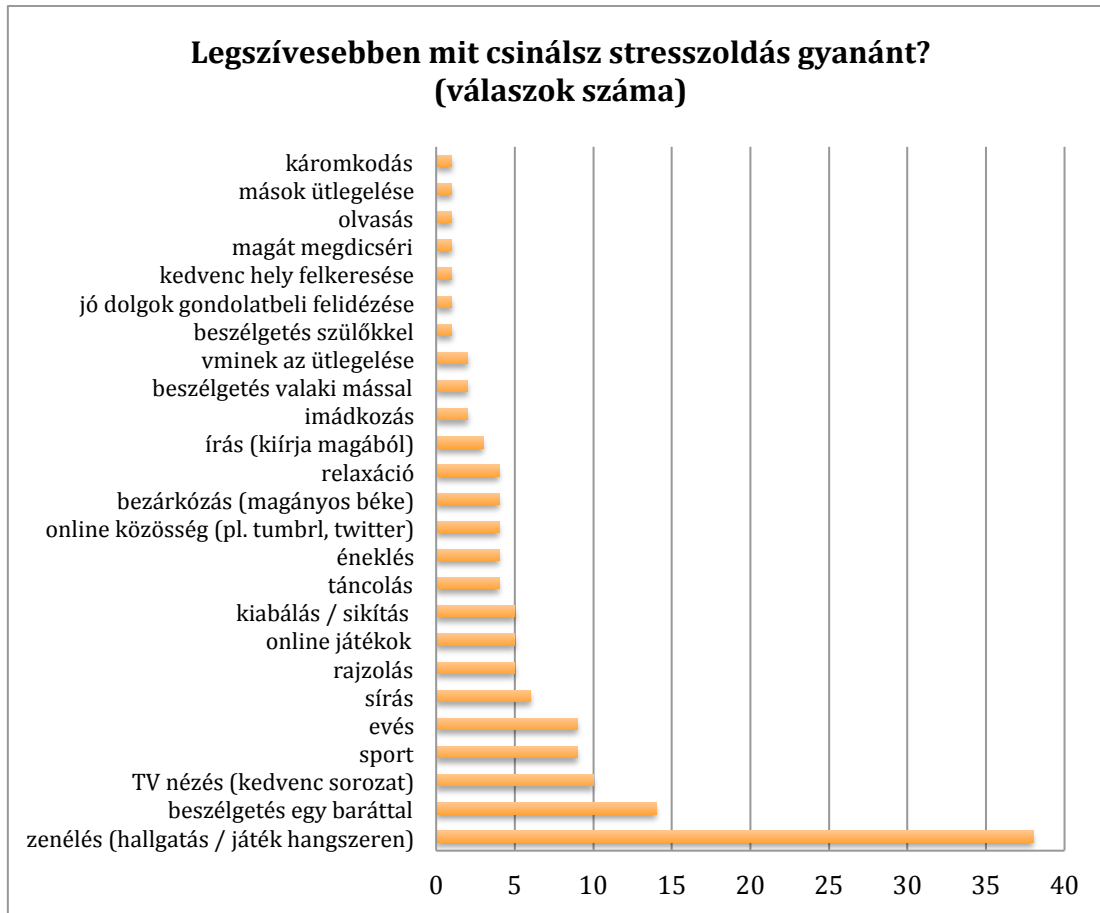


Egyrészt fölösleges hangsúlyozni, milyen sokat számít a tinédzserek körében a külcsíny, a kinézet, másfelől viszont, ha megnézzük, milyen válaszokat adtak a “Mi volt a leghatásosabb segítség, amit valaha kaptál a barátaitól (vagy másától)?” kérdésre, láthatjuk, hogy a válaszoló a leggyakoribb és leghatásosabb segítségként a barátoktól eredő, aktív és személyre szóló támogatást említette, azaz ő maga nem a kinézetén, hanem a belső értékeken alapuló megerősítéseket tartja a leginkább meghatározónak az önbecsülés visszaállításában. (7. ábra)

Milyen ventilláló technikákat használsz, ha mások felzaklatnak?

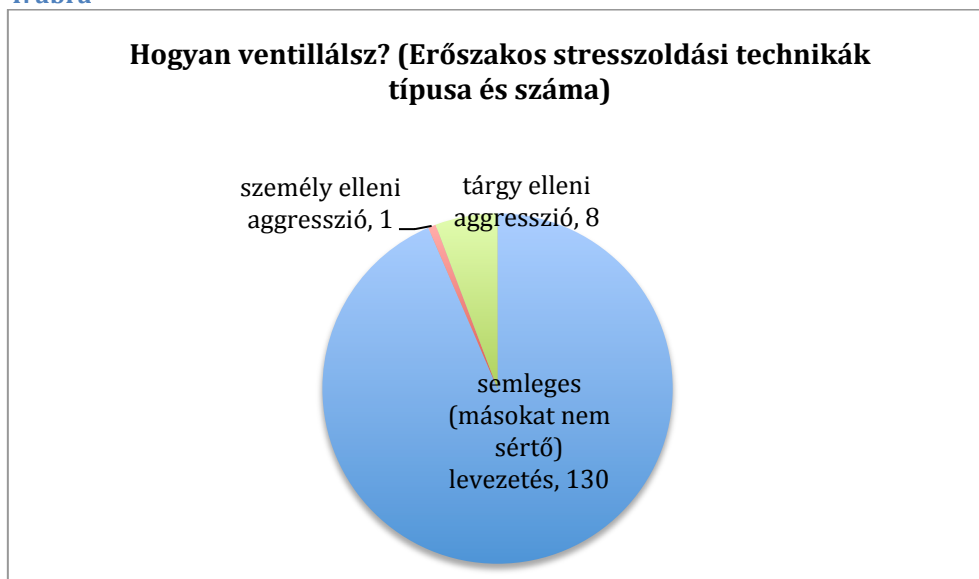
A stresszlevezetés módzatai. Arra a kérdésre, hogyan vezetik le a feszültséget, ha valamilyen frusztráció éri őket, a diákok legtöbbször a zenehallgatást / zenélést jelölték meg (n=38). Ezt követte sorrendben a barátokkal való beszélgetés (n=14), a kedvenc tévésorozat nézése (n=10), valamilyen sport tevékenység (n=9), valamint az evés (n=9). (3. ábra)

3. ábra



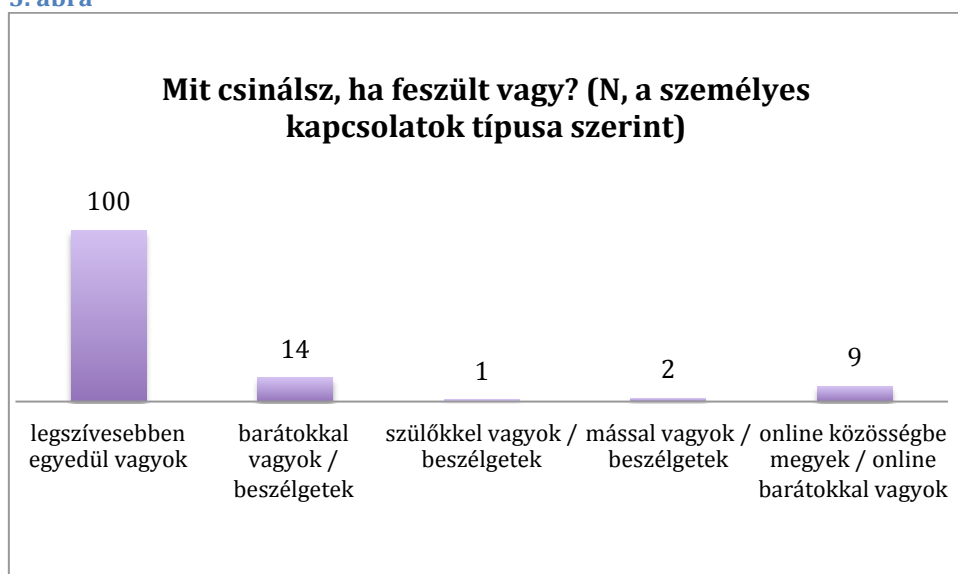
Ha a stresszoldás is agresszív. Biztatók az eredmények a feszültségkezelés céljából alkalmazott tevékenység típusát illetően, amennyiben csak nagyon kevesen választanak agresszív kezelést: a legtöbben (n=130) semleges módon, mást nem sértve vezetnek le a feszültséget, és csak 9 gyerek alkalmazna a legszívesebben valamilyen tárgy vagy személy elleni erőszakot. (4. ábra)

4. ábra



Feszültséglevezetési formák személyközi kapcsolatok szerint. Mivel a kutatások szerint a legalkalmasabb módja a kortárs bántalmazásból eredő feszültség levezetésének az, ha valakivel megbeszéljük a gondjainkat, megnéztem, milyen a kapcsolatok szerepe a ventillálásban. A gyerekek túlnyomó része meglepő módon, legszívesebben egyedül oldja meg az iskolai agresszióból eredő gondjait (n=100). A legalkalmasabb beszélgetőpartnernek pedig nem a felnőtteket, hanem saját kortársaikat tartják (n=14). Ez azonban nem is csoda, hiszen a 7-12. évfolyamra járó, 13-18 éves tinédzserekről van szó, akik a szülőktől való leválásra, önállóságra törekednek. A ventillálási szokások között megjelenik az online közösség, valamint az online játékok is (n=9). (5. ábra)

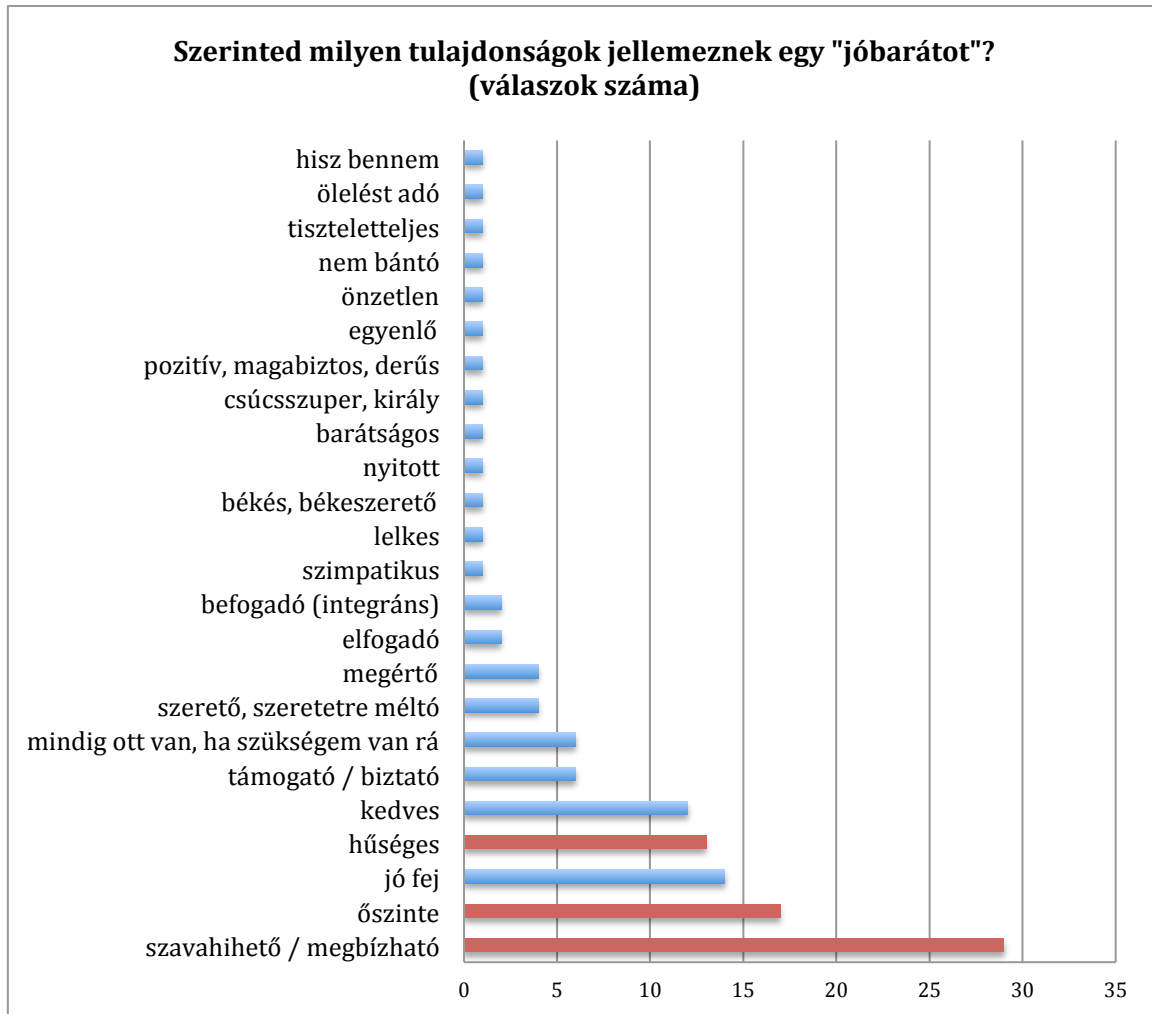
5. ábra



Szerinted milyen tulajdonságok jellemeznek egy „jóbarátot”?

A „jóbarát” tulajdonságai. A legtöbben a szavahihetőséget, a megbízhatóságot (trustworthiness), az őszinteséget (honesty), a baráti hűséget (loyalty) tartják a legfontosabb baráti tulajdonságnak. Megjelentek negatív elvárások is, amilyen pl. az, hogy legyen a barát béketűrő, feleslegesen ne kezdjen vitát (being peaceful), ne bántson meg (not hurting), ezen kívül legyen megbocsátó (forgiving), elfogadó (accepting), nyitott (open). (6 ábra)

6. ábra

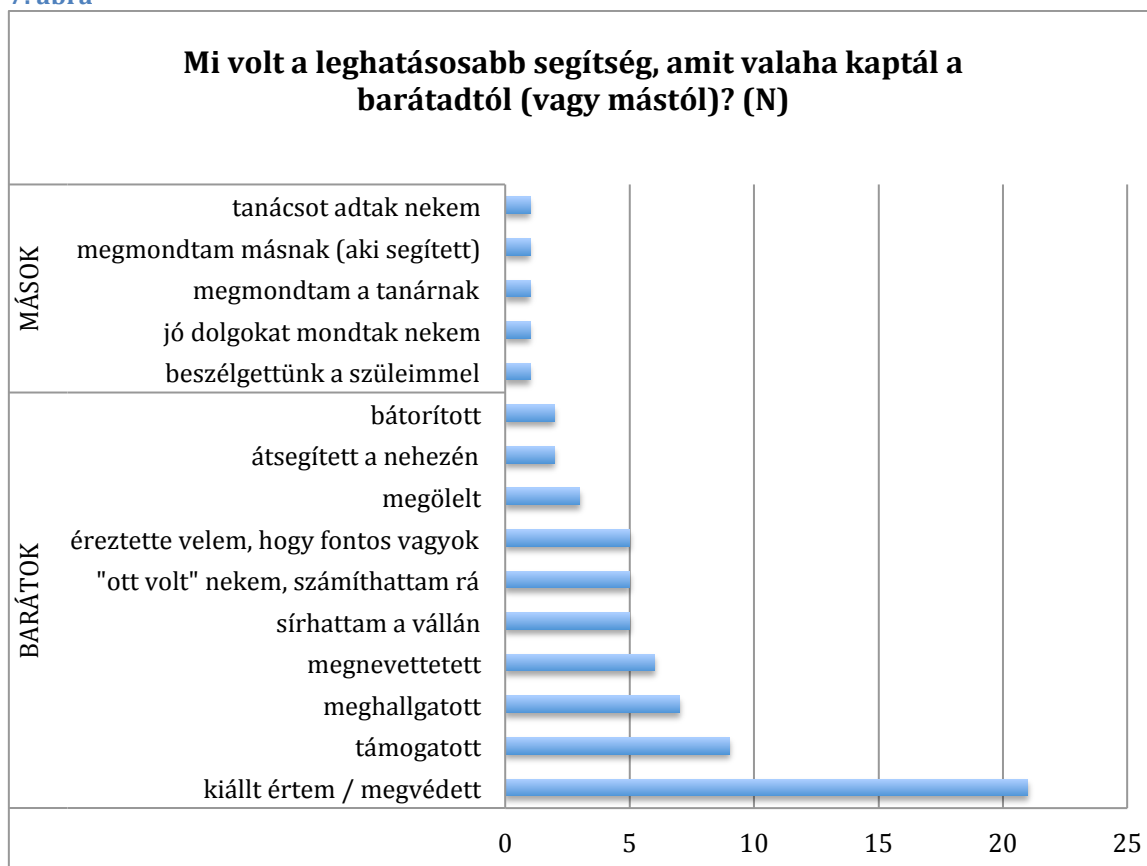


Mi volt a leghatásosabb segítség, amit valaha kaptál a barátaidtól (vagy másától)?

A következő üres falragaszra azt kellett felírni, milyen formában kaptak segítséget a gyerekek barátaiktól. A válaszolók azonban nemcsak a társaiktól, hanem a másoktól (így a felnőttektől) kapott segítséget is megnevezték. A válaszok rávilágítanak arra, milyen segítségnyújtási formákat tartanak a gyerekek ideálisnak az iskolai erőszak terén.

Ha a „jóbarát” segít. A diákok túlnyomó része barátoktól eredő segítséget említett, különböző formákban. A legtöbbször említett (és egyben a leghatásosabbnak vélt) segítség az, ha a barátok aktívan kiállnak értük, védelmezik őket ($n=21$), vagy éppen csak „ott vannak”, rendelkezésre állnak, elérhetőek, meghallgatják őket (listened, supported me, been “there”), lehet rájuk számítani, éreztetik, hogy fontos az illető barátsága a számukra (Made me feel like I mattered for them). (7. ábra)

7. ábra



Emlékezzünk, a legtöbb támogató megjegyzés / dicséret, amit a gyerekek ideálisnak gondoltak, éppen hogy nem a személyiséggel, hanem a külsővel volt kapcsolatos. Ugyanakkor érdemes az eredményeket összevetni azzal, milyen tulajdonságokat tartanak a legtöbbször a barátokban: a legtöbbször a megbízhatóságot, a loyaltást, valamint az őszinteséget írták fel. E tulajdonságok alkalmassá tehetnek egy barátot arra, hogy kiálljon mellettünk, hogy támogasson minket. A gyerekek által *nyújtott* és a saját maguk számára *elképzelt* (illetve kapott) segítség tehát nem áll összhangban egymással. Ebből következik, hogy az az iskolai agressziókezelő oktatások körében az érzelmek kifejezésére, az empátiára és a jobb beleérző képességre kell elsősorban megtanítani a gyerekeket. Mindemellett hangsúlyt kell helyezni az aktív támogató/megerősítő stratégiák kifejlesztésére.

A válaszok gyakoriságából az is kiderült, hogy a gyerekek hatásosabbnak tartják a *kortársaktól* kapott támogatást szemben a felnőttektől vagy másoktól kapott megerősítéssel. A barátok aktív támogatása és empatikus érzései mellett megnevezték még szülőket, a pedagógust, és egyéb felnőtteket. Kiemelkedő számban vannak jelen azonban a barátok szerepére utaló válaszok. (7. ábra) A kortársmentorok képzése tehát nemcsak hogy kívánatos, de egyenesen elengedhetetlen része kell hogy legyen az iskolai erőszak megelőzésére és kezelésére tett erőfeszítéseknek.³

³ Magyarországon az első – és a jelenlegi egyetlen – kortárs mentorképzés specifikusan az iskolai erőszak megelőzésére az ESZTER Alapítvány „TABBY in Internet” programjának keretében zajlik, a Daphne III JLS/2009-2010/DAP/AG keretében. A programról bővebben az alapítvány weboldalán tájékozódhatunk: <http://eszteralapitvany.hu/category/projektek/>