

KONFLIKTUSKEZELÉS A TAPASZTALATOK TÜKRÉBEN



Mi minősül bántalmazásnak és mi nem?

Mindennapos konfliktus	Iskolai bántalmazás (bullying)
Esetleges, alkalmoszerű	Ismétlődő
Nem megtervezett, pillanat hevében	Tervezett, célzott, szándékos
Az érzelmek intenzitása mindkét félnél azonos	Az áldozat érzelmei intenzívebbek, mint a bántalmazóé
Mindkét fél megoldásra törekszik	A bántalmazó kontrollt gyakorol áldozata fölött
A felek viszonyában az egyensúly nem bomlik meg	A bántalmazó célja az erőegyensúly megbontása (egyenlőtlen erőviszonyok)
Mindkét fél felelősnek érzi magát a konfliktus kialakulásáért	Az áldozat hibáztatása a helyzetért
A felek hajlandóak erőfeszítéseket tenni, hogy elsimítsák a konfliktust	A bántalmazó nem hajlandó erőfeszítéseket tenni a megoldásra

Kategóriák



- Direkt
- Indirekt
(pletyka, csoport hangolása v.ki ellen)
- Fizikai
- verbális
- kapcsolati
- internetes

Az óvodai és iskolai szociális segítők feladata

-mint családsegítő és gyermekjóléti központ dolgozóinak-, hogy a pedagógusok, a gyermekek és a szülők és akár a szakintézmények, hatóságok között hidat teremtsenek és segítsék a gyerekek beilleszkedését a legjobb tudásuk szerint, felismerjék a gyermekeknél adódó háttérben meghúzódó nehézségeket, problémákat és szükség esetén együttműködve más kompetens személyekkel, intézményekkel megoldást találjanak a gyermekek helyzetének javítására.

Ezen kívül egyéni foglalkozásokon a tudásukkal, eszközeikkel, és személyiségükkel dolgozva azon legyenek, segítsék, hogy a fiatalok a beilleszkedhessenek, önmagukat elfogadják és az önértékelésük visszanyerje a lehető legideálisabb állapotát.

Technikák, tapasztalatok



Nagyon jó technikák léteznek, amiket például a különböző coach képzéseken is megtanítanak a résztvevőknek, és igazán hasznosak tudnak lenni az itt alkalmazott irányított kérdések, mert rávilágítanak a mélyen gyökerező problémákra, és a megoldásokra is. Ezek sokkal könnyebben belehelyezhetők az egzakt tudományok módszereibe és sok ember számára ezért érthetőbbek, logikusabban elfogadhatóbbak lehetnek.

Technikák, tapasztalatok



Meglehetősen sok gyerek várja a segítséget a konfliktusainak feloldására és jómagam is kénytelen voltam olyan megoldást találni, ami nettó segítségnyújtásról szólhat adott gyermeknek, a lehető legrövidebb időn belül, figyelembe véve, hogy minél több diák juthasson be hozzám a foglalkozásra. Előfordul, hogy 60 perc alatt 3 gyermekkel kell egyesével konzultációt végeznem, mert a következő órára is már 2-3 gyerek várja, hogy eljöhessen hozzám.

Kevés a szakember az iskolákban, de nagy az igény a jelenlétükre.

Technikák, tapasztalatok

A gyerekek szempontjából a Világ egy új, ismeretlen színtér még, és nekünk felnőtteknek lehetőségünk van bármi újat megismertetni, elfogadtatni velük.

Eleinte beszélgetős, és önfejlesztő, önismereti módszereket segítő játékos foglalkozásokat tartottam a gyerekeknek, ehhez meglévő eszközökkel. A folyamat viszonylag lassú volt, míg egyik lépésről, és fejlődésről a másikra értünk.

Technikák, tapasztalatok



Korábban tanultam meditációs technikát, és azóta is képezem önmagamot folyamatosan, hogy minél hatékonyabb megoldásokat találjak, amivel segíteni tudok minél rövidebb idő alatt.

Legtöbb esetben rövid **meditációs technikák** megismertetésével érünk el eredményeket a fiatalokkal. Természetesen a sikerességhez az ő együttműködésükre is szükség van, hogy a napi rutinjukba beépítsék a gyakorlatokat.

Technikák, tapasztalatok

Azért tartom az egyik legjobb megoldásnak, hogy a meditációkat megismertessük a fiatalokkal, mert ezzel egyben egy eszközt is tudunk biztosítani számukra, mellyel a saját életüket könnyebben irányíthatóvá tehetik, és tudatosabbá válhatnak a céljaik elérésében is. Legyen ez a cél akár csak egy konfliktus megoldása, de széles körben akár az életük alakításában is szerves részt foglalhat el a tudatos életmód kialakítása.

Segítés



Nekünk, szociális szakembereknek, a főiskolán vagy egyetemen azt tanítják, hogy ne halat adjunk a rászorulóknak, hanem hálót. Én ezt tartom a hálónak, egyben az igazi segítségnek, ami egész életükben elkísérheti a gyerekeket.

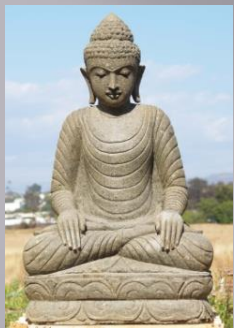
Rengeteg potenciál rejlik ezekben a módszerekben, az élet minden területére alkalmazhatók és minden nehéz helyzetet az idő töredék része alatt vészelhetnek át, azokkal szemben, mint akik ezeknek az ismereteknek híján vannak. Lépéselőnyt jelent.



Asszertív kommunikáció

Prevenciók során sokszor emlegetem **Emoto Masaru: A víz üzenet** tanulmányát. Nemzetközi Kapcsolatok- és Alternatív Orvoslás-ban szerzett diplomát. Kísérlete során sikerült a fertőzött vizekből nyert szabálytalan alakzatokat csodálatos hatszögű kristályokká változtatni, ezt hangok, dalok, gondolatok segítségével érte el. Mivel az emberi szervezet nagyjából 67-70 %-a vízből áll, és mint ilyen az áramot és az energiát is vezeti. Így érthető a kutatása kapcsán a víznek az emberi szervezetre gyakorolt hatása.

Mindig arra figyelmeztetem fiatalokat, hogy az asszertív kommunikáció mennyire fontos, mivel hatással vagyunk szavainkkal, gondolatainkkal önmagunkra és a környezetünkre is.



Buddha és a meditáció

A gyerekek segítésében kiemelt jelentőségű, hogy az önbizalmukat, önértékelésüket és az álmaikat erősítsük. Az önmagukba való hitet kell visszaadni nekik, illetve ezt elősegíteni.

A technikák segítségével akár a képességeiket, tanulmányi eredményeiket, társas kapcsolataikat is javíthatjuk, bennragadt érzelmeket oldhatunk fel. Buddha is meditációval világosodott meg gondoljunk erre ..és ez nem ördögtől való, csak hitrendszer kérdése.. és ami jó és működik, azt észre kell venni és megadni a fejlődésnek a szabadságot.

Hasznos lenne a főiskolákon, egyetemeken, illetve a gyerekekkel való foglalkozásban való résztvevőknek a minél szélesebb körű hatásos gyakorlatok elsajátítása, továbbképzésük biztosítása, újabb technikák, módszerek elérése a hatékony tanításhoz, tanuláshoz.

DR. TOMABECHI HIDEOTO



Dr Prof.Tomabechi Hideto

- a japán elit és speciális ügynökök pszichológiai kiképzője.
- Agykutató tudós, aki az Extrém Magas Emberi Teljesítmény agytudományát, és a sikerhez vezető pszichológiai modelleket oktatja.
- Katonai elit alakulatok és titkos ügynökök mentális kiképzője.
- Olimpiai csapatok sikerei mögött álló coach.
- Világvállalatok és kormány szervek tanácsadója.

„A fizikai állóképességednek könnyen elérheted a határait,de a mentális állóképességed határtalanul fejleszthető. A mentális képességeidnek nincsenek fizikai korlátai. A 21. században az fog nyerni, aki képes minden helyzetben nyugodt maradni.”

Dr. Joe Dispenza

Idegtudományra szakosodott kutató, és szerző, oktató (akinek eltört 6 csigolyája és a technikájával teljesen felépült). Magas színvonalú szakmai rálátásával a könyvei segítségével értékes segítséget tud nyújtani olvasóinak.

„Nem kell a tudomány engedélyére várnunk ahhoz, hogy szokatlan dolgokat tegyünk, vagy túlmenjünk azon, amiről azt mondták nekünk, hogy lehetséges.”

Dr. Bruce Harold Lipton

Amerikai fejlődépszichológus

„A kvantumfizika legelső alapelve, hogy a tudatosság teremti meg az élettapasztalataidat.”

„A hiedelmek és a gondolatok megváltoztatják a sejteket a szervezetben. - Bruce Lipton.”

Robert W. Coleman Általános Iskola

„A Baltimore –i iskolában a pedagógusok a rakoncátlan diákokat ahelyett, hogy elválasztanák a társaiktól vagy az igazgatóiba küldenék őket, jobbat találtak ki. Kialakítottak az iskolán belül egy **meditációs szobát**, amelyet tudatos pillanat szobának vagyis „**Mindful Moment Room**”-nak neveztek el.

„Benned égnie kell annak, amit lángra akarsz lobbantani másokban.” (Szent Ágoston)

Köszönöm a figyelmet!

Készítette: Farkas-Káló Beáta